Ensalada de atún con vinagreta de lentejas

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Aceite De Oliva: 2 cdas.
Lomo de atún: 1 k

Crema batida de chile guajillo

Aceite De Oliva: 2 cdas.
Agua: 1 cda.
Crema de leche: 500 cc
Tomillo: 1 Rama
Chile Guajillo: 2 Unidades
Sal y Pimienta: A gusto
Ajo: 1 Diente

Ensalada

Jugo de Limón: 1 cda.
Cebolla: 1 Unidad
Tomate: 1 Unidad
Sal y Pimienta: A gusto
Endibias: 10 Hojas
Rúcula: A gusto
Aceite De Oliva: A gusto
Pepino: 1 Unidad
Hinojo: 1 Bulbo
Palta: 1/2 Unidad

Salsa tártara

Salsa de soja: 1 cda.
Miel: 2 cdas.
Ajonjolí blanco: Cantidad necesaria
Jerez: 1 cda.

Vinagreta de lentejas

Aceite De Oliva: 2 cdas.
Lentejas cocidas: 1 Taza
Echalotte picado: 1 Unidades
Sal y Pimienta: A gusto
Mostaza de Dijon: 1 cda.

Vinagre Balsámico: 1 cdas.

Preparación de la Receta

- Limpie el *lomo* de **atún**
- Luego córtelo en forma de cilindro y por la mitad.

Salsa tártara

- Coloque en un bowl la miel junto con la salsa de soja y el jerez, mezcle.

Crema batida de chile guajillo

- Fría los chiles en una sartén con aceite de oliva caliente
- Retire y escurra sobre papel absorbente.
- Coloque luego en una procesadora junto con el *tomillo*, el *ajo*, las hojas de *laurel*, el agua y el aceite de oliva, procese hasta obtener una pasta lisa.
- Coloque en un bowl la *crema* de leche junto con la pasta de *chile* guajillo, bata y sazone con sal y pimienta.

Vinagreta de lentejas

- Coloque en un bowl la *mostaza* junto con el *echalotte*, el *vinagre* balsámico y el aceite de oliva, mezcle y añada las lentejas
- Mezcle nuevamente y reserve.

Ensalada

- Pele el pepino, retire las semillas y corte en finas rodajas.
- Pele y pique la *cebolla*.
- Corte el *hinojo* en finas rodajas.
- Pele la *palta* y pique en daditos.
- Corte el *tomate* en daditos.
- Pique la parte blanca de las endibias y reserve las puntas enteras.
- Corte la *rucula* groseramente.

Armado

- Coloque el *lomo* de *atún* a *marinar* en la salsa tártara durante 30 minutos aproximadamente.
- Luego pase por el *ajonjolí*.
- En una sartén con aceite de oliva caliente selle el *lomo* de todos sus lados.
- Coloque dentro de un sifón la *crema* batida de *chile* guajillo y reserve en la heladera.
- Coloque en un bowl el pepino junto con la *cebolla*, el *hinojo*, la *palta* y el *tomate*
- Condimente con sal, pimienta, aceite de oliva y *jugo* de *limón*

- Mezcle bien y agregue la *endibia* picada y la *rucula*.
- Corte el *lomo* de *atún* en rebanadas.
- Unte un molde circular pequeño con aceite de oliva, coloque luego unas rebanadas de *atún* cubriendo el fondo y condimente con sal, pimienta y aceite de oliva
- Luego encima coloque la ensalada y presione para que quede firme.
- Desmolde en el centro de un plato y acompañe con la vinagreta de lentejas.

Presentación

- Presente el plato con las puntas de endivias reservadas y sobre el *atún* decore con la *crema* batida de *chile* guajillo.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-atun-con-vinagreta-de-lentejas