Frituras de verduras y tartar de atún



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Frituras

Aceite para freir: Cantidad necesaria
Flores de calabaza: 100 g
Rosa roja: 1 Unidad
Perejil: 30 g
Hojas de Albahaca: 20 g
Pimiento colorado: 100 g
Calabaza: 100 g
Harina: Cantidad necesaria

Pasta para freír

Leche: 200 cc
Pasta de achiote: 5 g
Vinagre de Arroz: 15 cc
Harina: 100 grs.
Huevo: 1 Unidad
Jengibre: 5 g

Tartar de atún

Tomates secos:
Cilantro: 15 Cantidad necesaria
Jugo De Pomelo: 100 cc
Jugo de Limón: 20 cc
Ajo: 5 g
Atún: 400 g
Salsa de soja: 15 cc
Cebolla Morada: 50 Cantidad necesaria
Sal y Pimienta: A gusto
Chile jalapeño: 1 Unidad
Aceite De Oliva: 50 cc

Tomates secos

Tomillo: Paquete
Ajo: Cantidad necesaria
Sal y Pimienta: A gusto
Orégano: A gusto
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Tomates: 300 g

Preparación de la Receta

Tomates secos

- Pele los tomates, corte en cuartos y retire las semillas.
- Pele el *ajo* y corte en láminas finas.
- Rocíe una placa siliconada con aceite de oliva, *tomillo*, *orégano*, sal y pimienta.
- Encima acomode los cuartos de *tomate* y sobre éstos una lámina de *ajo*, *tomillo*, aceite de oliva, sal, pimienta.
- Lleve al horno precalentado a 120º c durante 1 y 1/2 hora aproximadamente.
- Pique finamente los tomates y reserve para la elaboración del tartar.

Tartar de atún

- Pique finamente la *cebolla*, el *ajo* y el *cilantro*.
- Corte los chiles en cuartos, retire las semillas, nervaduras y pique finamente.
- En un bowl disponga la *cebolla*, el *chile*, el *ajo*, el *cilantro* y los tomates secos picados.
- Añada el *jugo* de *pomelo*, de *limón*, salsa de soja, aceite de oliva, sal, pimienta y mezcle bien.
- Corte el **atún** en cubos pequeños y sumerja en el aderezo.
- Cubra con un film y deje *marinar* en la heladera durante 30 minutos.

Pasta para freír

- Licúe la leche con el *vinagre* de *arroz*, *jengibre* rallado, pasta de *achiote*, la *harina*, y el *huevo* hasta obtener una pasta lisa.
- Pase a través de un *tamiz* y deje reposar durante una hora.

Frituras

- Corte la *calabaza* y el *pimiento* en bastones.
- Separe los pétalos de la rosa.
- Pase los vegetales, hierbas y las flores por *harina* y luego por la pasta.
- Fría en abundante aceite caliente y escurra sobre papel absorbente.

Presentación

- En el centro de un plato sirva el tartar de *atún* con la ayuda de un aro y alrededor sirva las frituras.
- Decore con hierbas frescas y acompañe con salsa de soja.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/frituras-de-verduras-y-tartar-de-atun