Sandwiches de Atún



Tiempo de preparación: 45 Min

Ingredientes

Armado

Mayonesa: c/n

Pan integral con semillas: c/n

Relleno

Pepinos: 3 Unidades
Atún: 350 Gramos
Hojas verdes: c/n
Limón, para su jugo: 1 Unidad
Mostaza: 1 cda
Pimienta: c/n
Sal: 1 Puñado

Apio: 4 Varas
Ciboulette: 3 cdas
Huevo duro: 1 Unidad
Mayonesa: 6 cdas
Cebolla Morada: 1 Unidad
Sal: c/n

Vinagreta

Salsa de soja: 50 cc
Vinagre de manzana: 200 cc
Azucar: 3 cdas

Jengibre: 15 Gramos

Preparación de la Receta

Relleno

- En un bol, mezclar **atún**, *cebolla* morada en pluma, *apio* en cubos, *huevo* duro rallado, *ciboulette* picada, *mayonesa*, *mostaza* de Dijon, *jugo* de *limón*, sal y pimienta

- Reservar.

Pickles de pepino

- Cortar en rodajas finas pepinos y salar
- Mezclar bien y dejar escurriendo en un colador.
- Transcurridos 25 minutos, colocar los pepinos en un plato y bañar con la vinagreta.

Vinagreta

- Mezclar en un bol *vinagre* de *manzana*, salsa de soja, azúcar y *jengibre* rallado
- Reservar.

Armado

- Cortar rodajas de pan integral con semillas y untar las bases con *mayonesa*.
- Sobre las bases, agregar hojas de kale, *lechuga*, el relleno de *atún* reservado, *pickles* de pepino y cerrar el sándwich con las tapas.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/sandwiches-de-atun