Tartara de Atún y Falafel

Tiempo de preparación: 40 Min

Ingredientes

Jitomate: 1 unidad
Pan de pita: 2 Unidades

Falafel

Sal fina: c/n
Aceite De Oliva: 50 miliitros
Bicarbonato: 1/2 cda
Pimienta negra molida: c/n
Cebolla picada: 1/2 Taza
Aceite Vegetal: 500 miliitros
Ajo picado: 2 Unidades
Garbanzos remojados por 24 hrs.: 1 y 1/2 Taza
Perejil fresco: 1/2 Taza

Tártara de atún

Aceite de Sésamo: 2 cdas
Atún fresco 300 gr: 300 grs
Cilantro: c/n
Mayonesa de chiplote: c/n
Salsa de soja: 2 cdas
Cebolla Morada: 1/4 unidad
Limon: 1 unidad
Sal de mar: c/n
Tomate verde: 1 unidad

Preparación de la Receta

- En un poco de aceite de oliva la *cebolla* y el *ajo* picados
- Reservar.
- Procesar los garbanzos, el salteado de *cebolla* y *ajo*, la sal y pimienta y aceite de oliva.
- Agregar el bicarbonato de sodio y el *perejil*.
- Formar pequeñas bolitas y freír en abundante aceite caliente.

Tártara de atún

- Picar el **atún** en cubos grandes.
- *Sazonar* el *atún* con aceite de *ajonjolí* y salsa soya.
- Mezclar la *cebolla* morada en plumas finas, el *tomate* verde en julianas, el *cilantro* picado rústicamente, el *jugo* de *limón* la *mayonesa* de *chipotle* y un toque de sal.

Armado

- Disponer en el pan pita caliente un poco de *jocoque*, el falafel y el tártara de *atún* con las rebanadas de *jitomate* rebanado.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/tartara-de-atun-y-falafel