

TATAKI DE ATUN ROJO



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: hoycocinoyo.net **Recetizador:** tania Segura



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Exótica

Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 2 personas :

- ATUN ROJO

Preparación:

Paso 1

1.- Primero cortaremos atún en tacos alargados de entre 12 y 15 cm de largo y un grosor de 3 ó 4 cm. Debe de estar bien frío y la carne bien fresca y roja. Salpimentamos. 2.- Calentamos una sartén antiadherente con un poco de aceite de sésamo y cuando esté muy caliente, doramos por los lados los tacos. Sólo un poco. En el centro, a todo lo largo debe de quedar crudo. 3.- Inmediatamente sacado de sartén, emborrizar con las semillas de sésamo y guardar tapado en el frigorífico una hora al menos para que coja cuerpo. 4.- Una vez frío, cortar en láminas de un grosor de medio centímetro e ir emplatando escalonadamente. Espolvorear las especias picantes japonesas y acompañar el plato con alguna ensalada de algas, o con ensalada de brotes. 5.- Se come mojando en salsa teriyaki y con un poco de jengibre confitado.