Bonito con tartar de pisto

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

Creador: Cherinesrc



Tiempo: 1h y 15min
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Otros
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Casera
Coste: Medio
El truco de esta receta:
Cuidado con la sal

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 2 rodajas de bonito 1 kl de mejillones 6 palitos de surimi 1 taza de gambas peladas
- 1 puerro pequeño Tomate frito ½ cebolla
- ½ pimiento rojo ½ pimiento verde 6 champiñones pequeños 1 calabacín pequeño
- 1 zanahoria mediana Aceite, perejil y pimienta negra ½ vaso de vino blanco y sal

Preparación:

Paso 1

Comenzamos picando todas las verduras en juliana, también picamos los palitos de surimi y las gambas. Ponemos los mejillones al vapor y reservamos. En una sartén con un poquito de aceite pasamos el bonito. Ahora ponemos en una cazuela todas las verduras a pochar en aceite de oliva y salamos, cuando estén blanditas añadimos el surimi y las gambas, dejamos cocinar unos diez minutos y retiramos del fuego. Trituramos la mitad de pisto resultante añadiéndole el ½ vaso de vino, el tomate y ½ vaso del agua de cocer los mejillones poco a poco, si es necesario se puede añadir un poco de agua, tiene que quedar como salsa no como crema. El resto del pisto lo reservamos para el tartar. Ya está listo para servir, ponemos un aro para tartar y lo rellenamos con el pisto que habíamos reservado, encima ponemos unos mejillones, sacamos el aro y a continuación ponemos el bonito, unos mejillones con la cascara y bañamos con la salsa. Espolvoreamos con perejil y que aproveche.