

Libreta: Pescados
Creado: 26/03/2018 18:23
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/tacos-de-at%c3%ban-con-mermelada-agridulce-de-ciruela.html>

Tacos de atún con mermelada agridulce de ciruela

INGREDIENTES

1 kilo de atún en rodaja.
4 dientes de ajo.
Unas ramitas de perejil.
1 cucharadita de pimentón de la vera
3 decilitros de aceite de oliva virgen.
1 decilitro de vinagre de sidra.
Sal.

Para la mermelada agridulce de ciruelas:

500 g de ciruelas claudias.
1 cebolla.
½ cucharadita de sal.
1 decilitro de vinagre de manzana.
100 g de miel multiflores.

PREPARACIÓN

Cortamos el atún en tacos de unos 5 centímetros de ancho. Marinamos durante 24 horas en aceite de oliva con ajos picados en brounoisse dentro de un recipiente tapado en la nevera.

Al día siguiente, sacamos del frigorífico con antelación para que coja temperatura ambiente. Escurrimos del marinado pero dejamos cada taco con el aceite y ajos pegados a su carne.

En una sartén antiadherente muy caliente los marcamos vuelta y vuelta para que esté semi cocinado el interior del taco de atún.

Una vez marcados sacamos del fuego la sartén y agregamos la cucharita de pimentón y el vinagre, removemos el conjunto para que se impregnen de aromas y sabores de los jugos de la sartén.

Servimos los tacos ligeramente escurridos del salteado y con el acompañamiento de la mermelada agridulce.

Mermelada agridulce de ciruelas:

Pelamos y picamos la cebolla en brounoisse (cuadrito muy pequeño).

Lavamos las ciruelas, cortándolas por la mitad y deshuesándolas. Las ponemos en una cazuela, junto con la cebolla picada en brounoisse y el vinagre. Mezclamos y cocinamos durante 60 minutos, a fuego fuerte primero, bajándolo después, cuando llegue al punto de ebullición.

Vigilamos que no se queme y removemos mientras va espesando.

Pasado ese tiempo añadimos la sal y la miel mezclando bien.

Continuamos cocinando durante 15 minutos más removiendo constantemente y retiramos del fuego.