

Rosbif de atún con una base de patata y salsita mediterránea

Dificultad:

fácil

Nº de comensales: 1

/ Ingredientes

(para 4 personas)

- 4 lomos de atún de 150 gramos cada uno
- 1 cebolla picada
- 4 tomates maduros escaldados y picados
- 8 filetes de anchoa
- 1 cucharadita de alcaparras fritas
- 12 aceitunas negras peladas y picadas
- 4 patatas Kennebec
- 1 cucharadita de azúcar
- 1 cucharadita de vinagre
- 1 cucharadita de vino blanco
- Sal, pimienta y aceite de oliva para freír

/ Preparación

Elaboración

- Pochar la cebolla con el vino blanco y azúcar, y añadirle el tomate. Cuando esté el sofrito casi reducido, añadirle las anchoas picadas.
- Retirar de la cocción, añadir el vinagre, las aceitunas y las alcaparras.
- Simultáneamente, confitar la patata unos diez minutos a 140-150°C.

- Pasar el atún por la parrilla cuidando de que no quede demasiado cocinado.

Emplatado

- Montar el plato con la salsa y la patata.