

ENTRADAS

TIRADITO DE ATÚN CON TOMATE DESHIDRATADO, ZARZAPARRILLA Y ALIÑO DE MOSTAZA Y AJÍ



Ingredientes:

- 1 cucharada de yogurt
- 1 cucharada mostaza/miel
- Láminas de atún
- Zorzaparrilla
- Tomate Cherry verde
- Ciboulette
- Murtilla
- Ralladura de 1 limón
- Piñón europeo
- ½ taza aceite de oliva
- 2 cucharadas grandes de mostaza
- 3 cucharadas de soya
- 3 cucharadas de limón
- 2 cucharadas vinagre balsámico
- ½ cucharadita pasta de ají
- Pimienta

Preparación:

Poner 1 cucharada de yogurt más 1 cucharada de mostaza/miel en un plato grande, mezclar y embetunar el plato. Poner láminas de atún y poner: zarzaparrilla, tomate cherry verde, ciboulette y murtilla) con ralladura de 1 limón más piñón europeo.

DRESSING: mezclar 1/2 taza de aceite de oliva, 2 cucharadas grandes de mostaza antigua, 3 cucharadas de soya, 3 cucharadas de limón, 2 cucharadas de vinagre balsámico, 1/2 cucharadita pasta de ají, sal y pimienta Mezclar bien y aliñar a última hora!

