

SUSHI PALEO ATÚN Y SÉSAMO



Ingredientes (2 porciones)

- 300g de atún de unos 2 cm de grosor
- 2 cdtas de aceite de sésamo (ajonjolí)
- 2 cdas de semillas de sésamo tostadas
- 3 láminas de nori, cortadas en 2 rectángulos
- 1 cda de aceite de coco
- 1 palta, cortada en rodajas 12 rodajas
- ½ pepino cortado en bastoncitos
- 2 hojas de lechuga, picada fina

Salsa de Sésamo jengibre

- ½ taza de salsa de soya o Aminos de coco
- ¼ taza de aceite de sésamo
- ½ cda de jengibre en polvo
- ¼ cda de aji (chile) en polvo (opcional)

Preparación

1. Cortar el atún en 12 filetitos y pasarlos por el aceite de sésamo y, después, por las semillas.
2. Calentar el aceite de coco en una sartén. Freír los filetitos de atún por 2 minutos, voltear y freír por otros dos minutos. Las semillas de sésamo deberían quedar de un dorado oscuro pero no quemadas, y el atún debe de estar prácticamente asado, con una parte más rosada en el centro. Si lo prefiere bien asado, déjelo unos minutos más en la sartén. Dejar enfriar.
3. Mientras se enfrían los filetitos, preparar la salsa de sésamo jengibre. En un bowl, colocar todos los ingredientes para la salsa y batir bien. Reservar.
4. En el centro de cada rectángulo de nori, colocar 2 filetitos de atún, 2 rodajas de palta, 1 bastoncito de pepino y lechuga..
5. Humedecer con un poco de agua un extremo del nori, enrollar formando un cono y sellar con el extremo húmedo.
6. Servir untando en salsa de sésamo jengibre.