

Ventrecha de tuna con ajos salteados al pimentón

Atlas gastronómico de la pesca en Canarias



Receta: Lucía Artiles. *Coordinador científico:* José Antonio González.
Realización: Yuri Millares. *Fotografía:* Tato Gonçalves.

“Esto eran dos pescaderías, ahora en una está la tasca Trasmallo y en la otra sigue la pescadería y tenemos el pescado fresco y el congelado –dice Lucía Artiles, cocinera y pescadera, el día que cocina sobre la plancha esta ventrecha de tuna–. Cocino básicamente lo que siempre hemos hecho en casa, donde cocinaban mi madre y mi padre: comidas sencillas”.

■ INGREDIENTES/ración

–150 g de filete de
ventrecha de atún (en este
caso: tuna)

–sal
–ajo
–aceite de oliva

–vinagre
–pimentón de La Vera

■ PREPARACIÓN

–Laminamos y freímos un poco el ajo y cuando esté dorado, pero todavía haciéndose, le ponemos un chorrito de vinagre. Con el fuego apagado, para que no se queme, añadimos pimentón de La Vera.

–Le ponemos un poco de sal al filete y vira y vuelta en la plancha con un poquito de aceite.

–Con una cuchara ponemos los ajitos fritos con vinagre y pimentón sobre la ventrecha.

–Como guarnición, el plato lleva una pequeña ensalada de canónigo, tomate cherry y granada.

Interreg
Fondo Europeo de Desarrollo Regional



MAC 2014-2020
Cooperación Territorial



UNIVERSIDAD DE LAS PALMAS
DE GRAN CANARIA



**Instituto Universitario de
Investigación Social y Turismo**
Universidad de La Laguna