



pescado

## Atún al estilo gomero

### Ingredientes:

#### Para 4 raciones

- 1/2 k. de lomo de atún
- 3 ruedas de pan bizcochado\*
- 8 dientes de ajos
- 1/2 pimienta picona\*
- 1 cucharadita de cominos
- 1 cucharadita de pimentón dulce de la Vera
- 100 grs. de aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Vinagre

### Cómo se hace:

1. Corta **el lomo del atún** en 2 ó 3 trozos grandes, lo pones en una hondilla y lo cubres con agua, añade un buen chorro de vinagre y lo dejas 1 ó 2 hrs. en remojo.
2. **Escurre el atún y lo cortas** en tacos grandotes de 3 ó 4 cm. aprox. En una caldero pones **el atún cortado**, lo cubres con **agua**, añade **sal** y un **chorrito de vinagre** y lo pones al fuego hasta que el atún esté hecho. Mientras se guisa el atún debes ir quitando con una espumadera la espuma que se va quedando en la superficie del agua. No lo dejes hacer demasiado para que no se reseque, en cuanto lo veas blanquito retíralo del fuego, escúrralo y resérvalo.
3. Mientras tanto vamos haciendo **el mojo**. En un **almirez** pon **el pan**, **4 dientes de ajos crudos** y **4 dientes de ajos fritos**, **1/2 pimienta picona**, **el comino** y un pizca de **sal** y machácalo todo hasta que quede una pasta.
4. Pon **el aceite** en un caldero y **añade el majado**, deja que se sofría ligeramente sin dejar de remover, añade entonces **el pimentón**, remueve bien.
5. **Añade el atún**, un poco de **agua** y un **chorro de vinagre**, y lo dejamos en el fuego hasta que hierva, un par de minutos.

### Consejos y sugerencias:

\* Puedes usar pan tostado o pan frito.

\* Si te gusta picante puedes añadir 1 pimienta entera o 1 pimienta de cayena, recuerda que el picante se lo dan las granillas del pimiento, si se las quitas se suaviza mucho el sabor.