




Poke Bowl de atún al chipotle

Categoría: Cena, Mariscos, Pescado

Atún y chipotle, la combinación perfecta

 Preparación
30 min.

 Dificultad
Media

 Porciones
4 personas



Ingredientes

- 1 taza de Mayonesa con Jugo de Limón La Costeña®
- 1 pza de Chipotles Adobados La Costeña®
- 60 mls de Agua
- Sal al gusto
- Pimienta negra molida al gusto
- 2 pzas de Medallones de Atún Aleta Amarilla Tuny®
- 4 tazas de Arroz al vapor
- 1 pza de Pepino rebanado
- 2 tazas de Frijoles Negros Enteros La Costeña® (560 g)
- 2 pzas de Rábano en rodajas
- 4 cdas de Cilantro picado
- 120 g de Aguacate en cubos
- 1 taza de Elote Dorado La Costeña®
- Ajonjolí al gusto



Preparación

1. Licuar la mayonesa, el chile chipotle, el agua, sazonar con sal y pimienta al gusto.
2. Cortar los medallones de atún en cubos medianos.
3. Mezclar el atún en cubos con un media taza de aderezo de chipotle.
4. Drenar los frijoles, drenar el elote y reservar.
5. Colocar en un tazón el arroz al vapor como base. Colocar por encima del arroz el pepino rebanado, los frijoles negros, el rábano en rodajas, el cilantro picado, el aguacate en cubos, el elote dorado y el atún al centro del tazón.
6. Terminar con ajonjolí y aderezo de chipotle adicional al gusto.