Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Ventresca de bonito del norte con gelatina de tomate

2 raciones · 223 kcal

Ingredientes

- **1 lata** de ventresca de bonito del norte
- **300 g** de tomates
- **4 hojas** de gelatina
- Sal en escamas
- Pimienta negra molida
- Ralladura de lima
- AOVE
- Unas hojas de albahaca fresca

POR RACIÓN

Proteínas	**14 g**
Grasas	**16 g**
Hidratos	**6,3 g**
Fibra	**2 g**

Elaboración

1. Ponemos las hojas de gelatina en remojo en agua fría.
2. Hacemos un corte en cruz en la base de los tomates y los escaldamos unos segundos en agua hirviendo.
3. Retiramos la piel y trituramos los tomates.
4. Calentamos una pequeña parte del tomate triturado, escurrimos la gelatina y la disolvemos en él.
5. Incorporamos esta mezcla al resto del tomate triturado y removemos bien.
6. Vertemos en un molde y llevamos a la nevera hasta que la gelatina cuaje.
7. Colocamos la ventresca en la base de un plato, añadimos la gelatina de tomate y terminamos con ralladura de lima, pimienta negra, sal en escamas y un chorrito de AOVE.
8. Decoramos con unas hojas de albahaca fresca y ¡lista para disfrutar!

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas
cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya