



poke hawaiano



Ingredientes para 4 personas:
400 gr de atún rojo de Balfegó
1 mandarina o 1/2 naranja
240 gr de arroz
12 tomates cherry
12 huevos de codorniz
1 zanahoria
alga wakame
sésamo
sal
salsa de soja

Preparación:

Cortamos el atún en dados pequeños y marinamos con el zumo de la mandarina (o naranja), le damos un toque de sal y reservamos.

Cocinamos el arroz.

Hervimos los huevos de codorniz durante 5 minutos, enfriamos y pelamos.

En un cuenco amplio montamos nuestro poke. En la base pondremos el arroz y a continuación repartiremos el resto de ingredientes. El atún rojo marinado, el alga wakame, los tomates cherry, los huevitos de codorniz y la zanahoria rallada.

Espolvoreamos semillas de sésamo y salsa de soja al gusto.

[Conlaszarpasenlamasa](#)