



# Atelier de Cocina

## MEDALLONES DE BONITO CON CREMA DE CEBOLLA

### Ingredientes:

600 grs. bonito fresco  
125 grs. aceite de oliva 0,4º  
750 grs. cebollas  
2 pimientos verdes  
250 grs. vino blanco seco (u Oporto)  
 $\frac{1}{2}$  litro fumet de bonito

### Elaboración:

Cortar el bonito en medallones de unos 50 grs. cada uno.

Picar la cebolla y los pimientos en brunoise y estofar lentamente en aceite, hasta que esté prácticamente deshecho.

Verter el vino y dejar reducir hasta que este casi seco.

Añadir el fumet y dejar cocer unos 25 minutos. Triturar y pasar por el chino.

Saltear los medallones de bonito y salpimentar.

Mezclar con la crema de cebolla y dar un hervor.

### Guarnición:

Lavar los tomates y cortar en rodajas de 1 cm. de grosor.

Pasar por la plancha con sal gorda y pimienta.



# Atelier de Cocina

## **Presentación:**

En la fuente de presentación, colocar las rodajas de tomate y encima los medallones de bonito.

Verter la salsa alrededor.