

# Yo aprendí, yo enseño



 11 de abril

 12:00 h

**Tartar Vegano**  
Por Cristina Perpiñá

#YoMeQuedoEnCasa  
#QuédateEnCasaConMasterD

**MD** ESCUELA DE  
HOSTELERÍA Y TURISMO

**master.d**

**MD**

ESCUELA DE  
**HOSTELERÍA  
Y TURISMO**

## TARTAR VEGANO Estilo POP ART

Autora: Cristina Perpiñá, Alumna del Curso Superior de Cocina y Pastelería

### INGREDIENTES

#### Capa de remolacha:

- 1 Remolacha hervida, fría y bien escurrida (puede utilizarse en conserva)
- 1/4 de Mango

#### Vinagreta:

- 1 cdita de mostaza en grano
- 1 lamina de pepinillo agridulce.
- 10 alcaparras en vinagre.
- 1 chorrito de aceite de oliva virgen extra.
- Sal y pimienta.

#### Capa de pesto de aguacate:

- 1/2 aguacate.
- Albahaca fresca.
- 1 diente de ajo.
- 50 gr de piñones.
- 30 gr de tofu firme marinado (1 día antes poner en aceite de oliva virgen extra, sal, pimienta, ajo en polvo y albahaca)

#### Topings:

- Cubitos de Remolacha
- Cubitos de mango



ESCUELA DE  
HOSTELERÍA  
Y TURISMO

## ELABORACIÓN

- 1) Para empezar, cortamos la remolacha y el mango, una parte la cortamos en brunoise y la otra en cubitos un poco más grandes (reservamos algunos cubitos)
- 2) En un mortero, procedemos con la vinagreta y empezamos picando bien el pepinillo y majándolo bien con el resto de ingredientes. Reservamos una pequeña parte de esta vinagreta y el resto lo añadimos a la mezcla de remolacha y mango.
- 3) Por otra parte, elaboraremos el pesto de aguacate y, para ello, simplemente mezclamos todos los ingredientes en un vaso batidor y los batimos muy bien hasta conseguir una mezcla homogénea.
- 4) Una vez listas las dos partes esenciales de nuestro tartar, elegimos un plato bien bonito y dos moldes, yo he elegido un molde de tamaño mediano y otro un poco más pequeño pero podéis utilizar los que tengáis en casa y, en su defecto, también se puede emplatar utilizando un sacabocados o una cuchara.
- 5) En el molde grande he añadido la mezcla de remolacha y mango en vinagreta y, en el pequeño, el pesto de aguacate.
- 6) Para terminar, desmoldamos y decoramos el plato al gusto de cada uno con los cubitos de mango y remolacha que habíamos reservado, trocitos de aguacate, etc... (aprovecha para darle rienda suelta a tu imaginación.) Añadimos, al final, un chorrito de vinagreta y listo para disfrutar.

