



## Bonito estilo Thai

Receta de Mireia Ruiz Manresa, participante de MasterChef y creadora del proyecto *Cocinando Sonrisas*.

### Ingredientes:

- 1 bonito
- 2 zanahorias
- 1 cebolla tierna
- 1 trozo de jengibre
- 10 champiñones
- 2 tomates
- 1 pimiento rojo pequeño
- 1 pimiento verde pequeño
- 1 pimiento amarillo pequeño
- Salsa de soja
- Salsa kimchi
- 1 lima
- Sal
- Aceite de oliva virgen extra



### Elaboración:

- Limpiamos, quitamos la espina y troceamos el bonito en taquitos de 2 cm.
- Partimos la lima, con ayuda de un cuchillo quitamos la mitad de la piel.

# Pescados con arte II

Pesca responsable en tu cocina



- Pelamos y troceamos en trocitos muy pequeños el jengibre.
- Ponemos los taquitos en un bol, exprimimos la lima sobre el bonito y añadimos un buen chorro de salsa de soja, 2 cucharadas de salsa kimchi y el jengibre troceado. Dejamos macerar.
- Pelamos y troceamos en brunoise las zanahorias.
- Pelamos y troceamos el ajo y la cebolla.
- Pelamos el tomate y lo partimos en concasse.
- Partimos los pimientos en brunoise.
- Laminamos los champiñones.
- Ponemos un wok a fuego medio con un buen chorro de aceite y pochamos la cebolla junto al ajo.
- Añadimos los pimientos, la zanahoria y el tomate y cocinamos durante 7 minutos a fuego medio.
- Añadimos el bonito y cocinamos a fuego medio alto hasta que esté dorado.
- Emplatamos y ¡a comer!