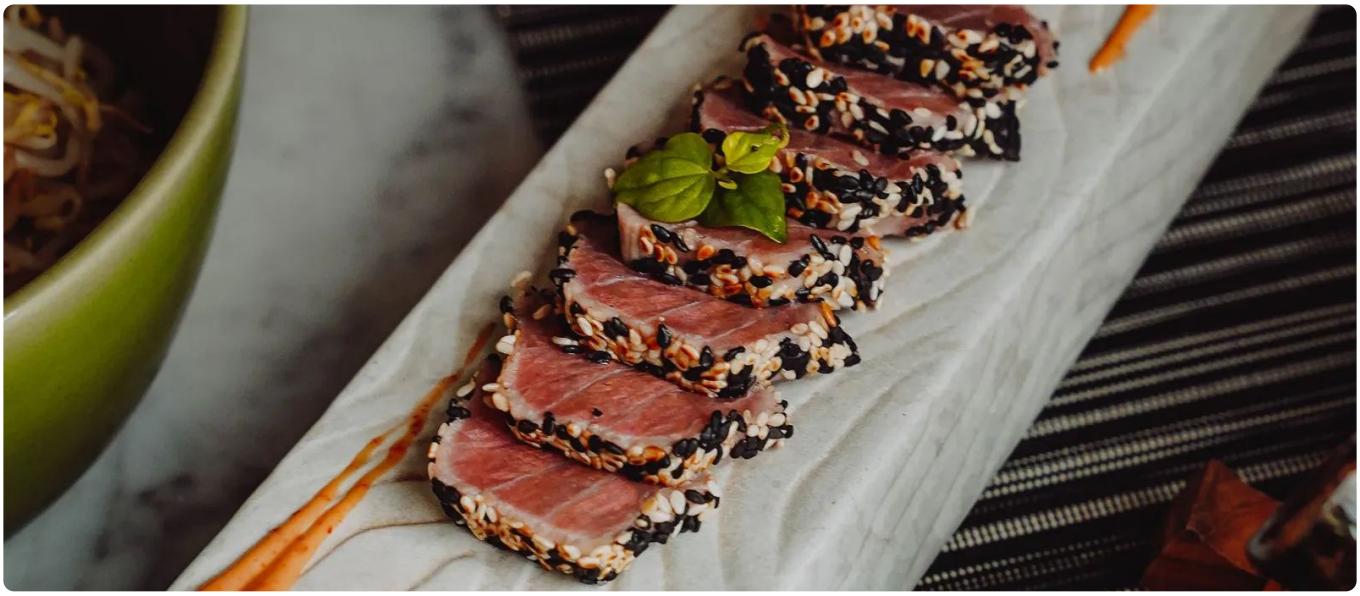
DIRECTO · MEDIO

# Atún rojo sellado con costra de sésamo al kamado (tataki)

*Un lomo de atún rojo rebozado en sésamo y sellado 30-45 segundos por cara sobre el kamado al rojo vivo: costra tostada por fuera, corazón crudo y jugoso, y una salsa de soja, jengibre y lima que lo despierta.*



| PREPARACIÓN | COCCIÓN | COMENSALES | TEMPERATURA |
|---|---|---|---|
| **20 min** | **4 min** | **4** | **280 °C** |

## Ingredientes

- **600 g** lomo de atún rojo en una pieza rectangular (apto para consumo crudo)
- **3 cda** salsa de soja
- **15 g** jengibre fresco rallado
- **2 cda** aceite de oliva virgen extra
- **4 cda** semillas de sésamo (mezcla de blanco y negro)
- **1 ud** lima (zumo y ralladura)
- **1 cda** aceite de sésamo tostado
- **1 pizca** flor de sal en escamas

## Pasos

**1** TEMPLAR EL ATÚN

Saca el atún de la nevera 15 minutos antes y sécalo muy bien con papel: una superficie húmeda no agarra el sésamo y suelta vapor en la plancha. Recórtalo en bloques rectangulares de unos 4-5 cm de lado, que se sellan más uniformes que una pieza irregular.

**2** SALSA CÍTRICA

Mezcla la salsa de soja, el zumo y la ralladura de lima, el jengibre rallado y el aceite de sésamo tostado. Prueba y ajusta: debe quedar punzante y fresco, no salado. Resérvala para el final; si la usas como marinada quemarás los azúcares al sellar.

**3** COSTRA DE SÉSAMO

Pincela cada bloque con un poco de aceite de oliva y una pizca de flor de sal. Extiende el sésamo en un plato y presiona el atún por sus cuatro caras largas hasta cubrirlo de manera uniforme. Presiona, no espolvorees: la costra debe quedar pegada para no caerse en la plancha.

**4** BRASA AL ROJO

Monta el kamado en directo, sin deflector, con la parrilla baja y una plancha de hierro fundido encima. Abre los tiros y lleva la cámara a 280 °C. La plancha está lista cuando una gota de agua baila y se evapora al instante; un termómetro infrarrojo debería marcar 250-280 °C en la superficie.

**5** SELLAR 30-45 S

Coloca los bloques sobre la plancha y séllalos 30-45 segundos por cara, girándolos para tostar las cuatro caras largas. No los muevas mientras sellan. El centro debe permanecer crudo, rojo y frío: si pasas de un minuto por cara, el atún empieza a cocerse y pierde la gracia.

**6** REPOSO Y CORTE

Pasa el atún a una tabla y déjalo reposar 2 minutos para que el calor residual asiente la costra. Con un cuchillo bien afilado, corta láminas de 1 cm a contraveta. Dispón en abanico, riega con la salsa cítrica y remata con sésamo o cebollino. Sirve de inmediato.

## Consejos del editor

- Compra atún con origen trazable, idealmente de almadraba, y pide que sea apto para consumo crudo. Para evitar el anisakis, la normativa de la AESAN exige congelarlo a -20 °C durante 24 horas (o -35 °C en congelación comercial) antes de comerlo crudo o poco hecho.
- El secado es innegociable. Un atún húmedo no agarra la costra, baja la temperatura de la plancha y acaba cociéndose en su propio vapor en vez de tostarse. Papel de cocina a conciencia justo antes de rebozar.
- Corta siempre a contraveta y con el cuchillo muy afilado: un filo romo aplasta la fibra y desbarata la costra. Un cuchillo de pescado o un santoku japonés dan láminas limpias de una sola pasada.

## El equipo de esta receta

### Big Green Egg Large

*El tataki vive del calor seco y constante, y ahí la cerámica del Big Green Egg Large juega en otra liga: retiene la temperatura cuando abres la tapa para entrar el atún, de modo que la plancha no se desploma justo en el momento del sellado. Con los tiros abiertos llega sin esfuerzo a los 280 °C de cámara que necesitas para tostar el sésamo en 30-45 segundos por cara. El tamaño Large da sitio de sobra para sellar varios bloques a la vez sin amontonarlos.*

mikamado.es/kamados/big-green-egg-large

---

### Jealous Devil 100% Quebracho Blanco carbón lump 15.8 kg

mikamado.es/accesorios/jealous-devil-quebracho-lump-charcoal

---

### Lodge Plancha Cuadrada de Hierro Fundido 11" (28 cm)

*Para un sellado tan corto necesitas una superficie plana y maciza que acumule calor y lo devuelva de golpe; la parrilla deja marcas pero no cubre la costra de sésamo entera. La plancha cuadrada de hierro fundido de Lodge (28 cm) hace justo eso: bien caliente, dora las cuatro caras del atún por completo y de forma uniforme, sin que las semillas se cuelen entre las barras. Precaliéntala dentro del kamado con la tapa cerrada y tendrás una base estable a 250-280 °C lista para el golpe de tataki.*

mikamado.es/accesorios/lodge-plancha-cuadrada-11

---

### Ooni - Termómetro infrarrojo digital para horno de pizza

*En el tataki la temperatura de la superficie lo es todo, y el termómetro de tapa del kamado mide el aire de la cámara, no el hierro. El termómetro infrarrojo de Ooni te deja apuntar directamente a la plancha y confirmar que estás en los 250-280 °C reales antes de poner el atún: la diferencia entre una costra crujiente y un pescado que se cuece. Es una lectura instantánea y sin contacto que convierte el sellado de 30-45 segundos en algo repetible en vez de una apuesta.*

mikamado.es/accesorios/ooni-termometro-infrarrojo

---

### Kai Shun Classic DM-0702 – Santoku japonés de 18 cm en acero Damasco VG-MAX

mikamado.es/accesorios/kai-shun-classic-santoku-18-dm-0702

---

Receta completa en: mikamado.es/recetas/atun-rojo-sellado-sesamo-kamado

Como afiliado de Amazon, mikamado.es obtiene ingresos por compras que cumplen los requisitos. Sin coste adicional para ti.