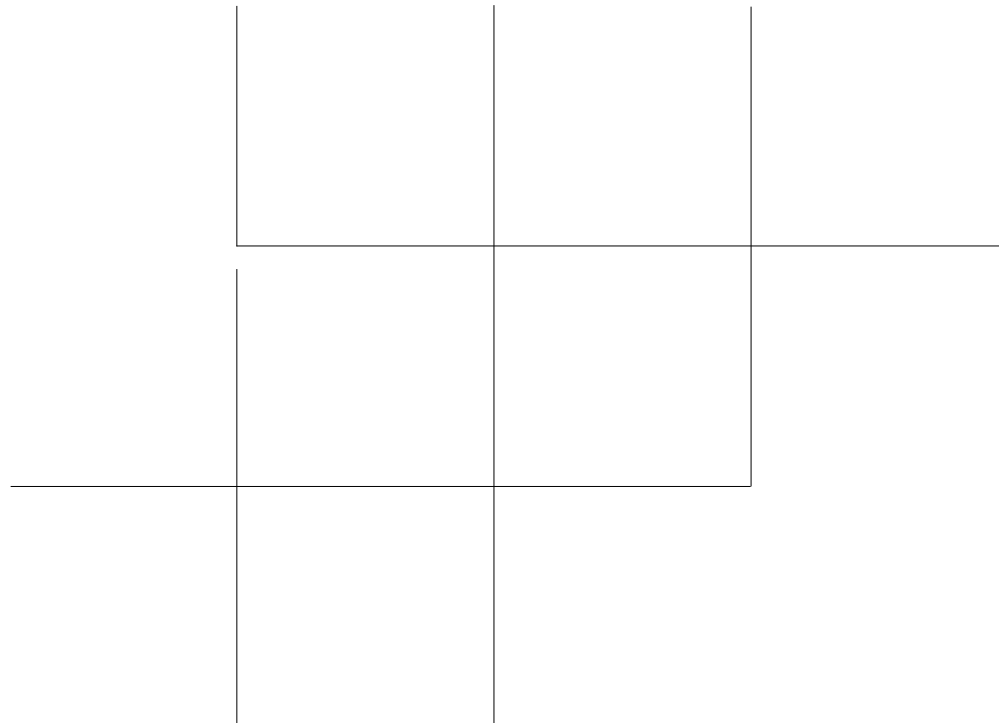








Ingredientes

01





Bonito

El bonito ha de ser de excelente calidad y muy fresco.

El bonito del norte (*thunnus alalunga*) es más apreciado que el atún o cimarrón (*thunnus thynnus*), por su gran sabor y jugosidad. Se pesca en el mar Cantábrico entre junio y septiembre; sobrepasa los cuatro kilos de peso y se captura uno a uno con anzuelo, asegurando la óptima calidad de cada pieza y la sostenibilidad de la especie.





Sal

Sal fina para sazonar.

Recomendamos la sal de Añana, ya que es rica en minerales y oligoelementos y potencia el sabor de todo tipo de alimentos.

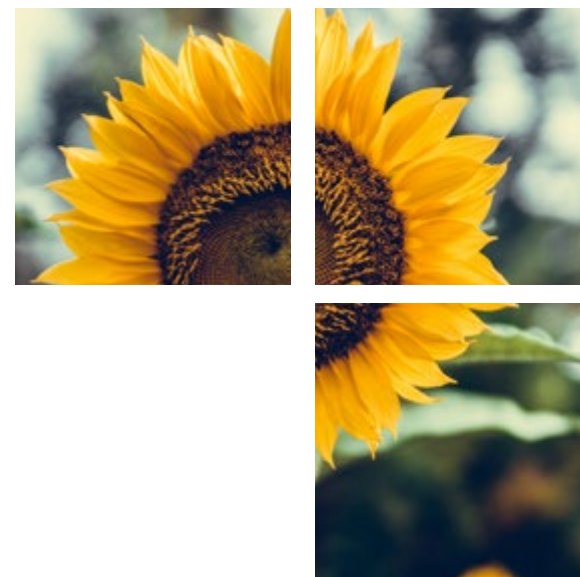




Aceite

Al gusto; puede ser de oliva o de girasol

Nuestra recomendación es utilizar un aceite de oliva de baja graduación o aceite de girasol, para no quitarle el sabor al bonito, ya que hará de conservante durante todo el tiempo que guardemos los botes. Siempre podemos añadir aceite de oliva virgen extra una vez emplatado, en el momento que vayamos a consumir la conserva.





Botes de cristal y tapas

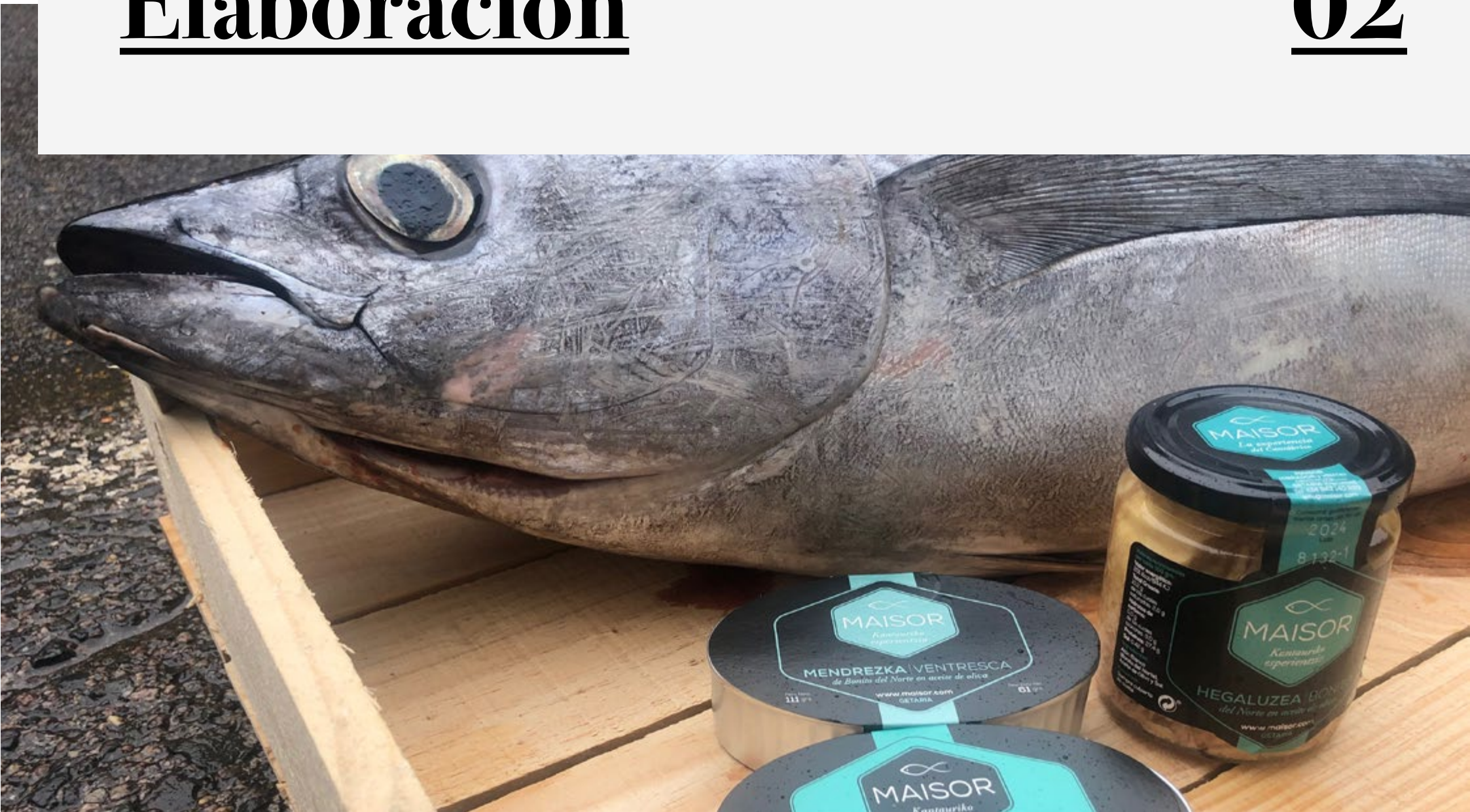
No muy grandes; de manera que, una vez abierto el bote, podamos consumirlo en 1 o 2 días máximo; para así asegurar la calidad de la conserva.





Elaboración

02





Limpiar y cortar el bonito

Lavar bien la pieza, quitando las aletas y la cabeza, y separar la ventresca.

Esta última es la parte más jugosa del bonito, porque tiene más grasa que el resto del cuerpo. Podemos embotarla o aprovecharla para cocinarla a la plancha o a la parrilla.

Podemos sacarle los lomos al bonito o cortarlo en rodajas gruesas. Aquí nos aseguraremos de que el tamaño coincida con la altura de los botes. Quitaremos la espina central y la piel, y también la parte oscura que está junto a la espina. Para este paso es importante disponer de cuchillos afilados.

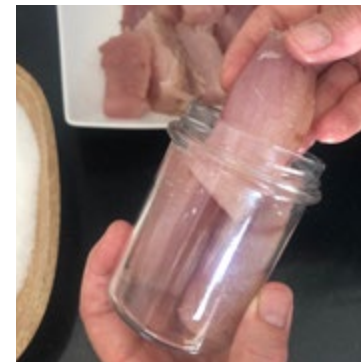




Sazonar y embotar

Vamos a sazonar el bonito al gusto con sal fina. Es mejor escatimar. Recuerda que siempre podremos añadir sal, ¡pero nunca reducir!

A continuación, introduciremos los lomos crudos en los botes esterilizados. Han de ocupar todo el volumen disponible.





Cubrir de aceite y cerrar los botes

Rellena de aceite todos los botes. Es muy importante que el aceite cubra bien todo el bonito. Deja, con paciencia, que salgan todas las burbujas y que el aceite se asiente.

Cerraremos bien todos los botes. Si los cerramos a mano, aconsejamos hacerlo entre dos personas. Para asegurarnos de que están bien cerrados, nos fijaremos en que la pestaña de la tapa esté en la mitad de la rosca.

¡Truco! podemos calentar las tapas antes en agua, para cerrar los botes más fácilmente.



Cocer al baño maría

Ponemos los botes en una cazuela con agua del tiempo y los cocemos al baño maría durante 90 minutos. Este paso tiene dos objetivos: por un lado, que el bonito se cocine y, por otro lado, que el bote se cierre al vacío.

Es importante que los botes estén sumergidos totalmente en el agua, por lo que utilizaremos cazuelas lo más altas posibles... al menos varios centímetros más altas que los botes.

¡Truco! Para evitar que se rompa ningún bote, es muy útil poner un trapo en el fondo de la cazuela, para que los frascos no se golpeen con la ebullición.



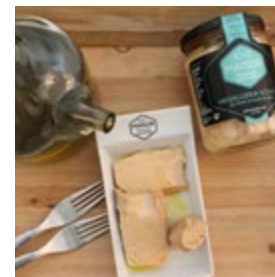
Etiquetado, conservación y consumo

Una vez finalizado el baño maría, antes de sacar los botes de la cazuela, vamos a esperar a que se templen.

A continuación, vamos a etiquetarlos con la fecha de elaboración, para saber cuándo se embotó esta conserva. Es recomendable esperar unos 90 días antes de disfrutar del bonito, para que se asiente y se potencie el sabor y también ganar jugosidad.

Almacenaremos los botes en un lugar oscuro y a temperatura ambiente para asegurar la calidad durante más tiempo posible.

Si hemos realizado bien el baño maría, podremos guardar los botes de 2 a 3 años.



Ahora ya sabes todo el trabajo
que conlleva elaborar el bonito en
conserva.

Te animamos a intentarlo, pero
si lo prefieres, puedes recibir en
casa en 24 horas nuestros lomos
de bonito o ventresca en aceite de
oliva.

**Directos desde nuestro obrador
de Getaria a tu mesa.**

OBRADOR y VENTA

Portua z/g. Astillero eraikina 20808 Getaria (Gipuzkoa)
Tel. +34 943 140 993

info@maisor.com