

Tataki de thon aux fraises

4 personnes Préparation : 20 min

Ingrédients :

450 g de longe de thon rouge
Huile d’olive
15 cl de sauce soja
15 cl d’huile de sésame
1 citron vert
50 g de graines de sésame
125 g de fraises
30 g de gingembre
40 g d’olives noires
1⁄4 de botte de ciboulette

Préparation :

À l’aide d’une fourchette, écraser grossièrement les fraises, ajouter la ciboulette ciselée et les olives noires hachées. Réserver au frais.

Réaliser la marinade en mélangeant ensemble dans un saladier la sauce soja, l’huile de sésame, le jus de citron vert et le gingembre râpé.

Recouvrir la longe de thon avec la marinade et mariner une heure au frais.

Egoutter la longe de thon et éponger-là à l’aide d’un papier absorbant.

Saisir rapidement et sur toutes ses faces la longe de thon à l’huile d’olive, égoutter et rouler dans les graines de sésame préalablement torréfiées.

Déglacer la poêle de cuisson avec le mélange de fraises écrasées. Réserver tiède.