



Steaks de thon, sauce vin blanc- gingembre

Temps de préparation: 20 minutes

Niveau: facile

Ingrédients pour 4 personnes:

2 steaks de Thon Germon

25g de gingembre frais haché

2 échalotes

25cl de vin blanc sec

15cl de crème liquide

25g de beurre

Sel, poivre



Préparation :

1. Décongeler les steaks de thon comme indiqué sur l'emballage.
2. Éplucher les échalotes et les hacher finement puis les disposer dans une casserole avec le gingembre haché et le vin. Casserole avec le gingembre haché et le vin blanc et faire réduire jusqu'à évaporation.
3. Ajouter la crème liquide. Faire réduire à nouveau 3-4 minutes puis à l'aide d'un mixeur hacher le tout. Ajouter le beurre froid petit à petit puis passer ce mélange au tamis, récupérer la sauce puis réserver au chaud.
4. Assaisonner les steaks de thon avec le sel et le poivre. Cuire les steaks à l'huile d'olive dans une poêle à feu vif 1 à 2 minutes de chaque côté.
5. Dresser les steaks de thon sur des assiettes chaudes avec la sauce beurre-gingembre et les accompagner de patates douces rôties puis décorer avec un peu de piment.