



Thon en croûte de sésame et pâtes au curcuma

Temps de préparation : 65 minutes

Niveau : moyenne

Ingrédients pour 2 personnes :

- 2 steaks de thon MSC Escal
- 1 cuillère à café de curcuma
- 270 g de farine de blé
- 2 œufs
- 30 ml d'eau
- 4 cuillères à café de sel
- 4 rondelles de citron vert
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à café de moutarde mi-forte
- 30 g de graines de sésame



Préparation :

1. Laisser décongeler les steaks de thon pendant une nuit au réfrigérateur.
2. Mélanger 250 g de farine de blé, les œufs, le curcuma et l'eau pour obtenir une pâte lisse. Former une boule avec la pâte à nouilles, l'envelopper dans du film alimentaire et la mettre au frais pendant une heure. Entre temps, râper les zestes du citron vert avec une râpe fine. Presser le citron vert et le réserver dans un poêle avec les zestes.
3. Ajouter la moutarde et 2 cuillères à soupe d'huile d'olive.
4. Laver les filets de thon, les sécher et les rouler de tous les côtés dans le sésame. Diviser la pâte à pâte en deux et la pétrir. Sur un plan de travail fariné, étaler la pâte sur une épaisseur de 1mm.
5. Découper la pâte à pâte en bandes de 5 mm de large. Fariner à nouveau pour pouvoir mieux détacher les tagliatelles du plan de travail.
5. Porter à ébullition 3 litres d'eau avec du sel. Faire chauffer 2 cuillères à soupe d'huile d'olive dans une autre poêle. Faire revenir les steaks de thon pendant 3 minutes de chaque côté et les laisser reposer quelques instants. Puis, verser les pâtes par portions dans l'eau bouillante.
8. Ajouter 200 ml de l'eau des nouilles au jus de citron vert, mélanger et porter à ébullition. Ajouter les nouilles cuites à l'eau de cuisson et tourner une fois avec celle-ci. Dresser les pâtes et les steaks de thon sur des assiettes et servir.