



TARTARE DE THON AU SESAME ET WASABI VERRINE MANGUE/PASSION

Ingédients : pour 4 tartares

2 tranches de thon de 150 grs chacune mises au moins une journée au congélateur

1 cuil. à soupe de graines de sésame et 1 cuil. à soupe d'huile de sésame

1 cuil. à soupe d'huile d'olive

1 cuil. à café de wasabi (à défaut utiliser de la moutarde)

Sel, poivre, un peu de coriandre fraîche hachée, 4 petites branches de thym

1 mangue, le jus d'un citron vert, 4 fruits de la passion

Sortir les tranches de thon quelques heures avant de les détailler, les maintenir au frais.

Tailler la chair de thon en brunoise (petits cubes), saler, poivrer, ajouter les 2 huiles (olive et sésame) ainsi que les graines de sésame et le wasabi. Mélanger. Hacher au couteau la coriandre et l'incorporer au poisson. Mouler dans des formes et réserver.

Peler la mangue, la tailler également en brunoise. Ajouter le jus de citron vert, le jus des fruits de la passion filtré (pour enlever les graines), un peu de sel et un peu de thym émiétté. Disposer dans des petits verres et réserver au frais jusqu'au moment de servir.

Servir un tartare sur une assiette, accompagné de sa verrine de mangue décorer de coriandre et d'une branche de thym.

Blog : maptitcuisine.canalblog.com