PÊCHE AU THON REVISITÉE AU SUREAU X CUISINE SAUVAGE

Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
Pêches	160 gr (en boîte)
Pastis	1 c. à c.
Gingembre	0.50 c. à c.
Grappes de sureau	3 pc
Beurre	10 gr
Steack de thon	360 gr
Huile d'olive	1 c. à c.
sel	1 pincée
Gros sel	1 pincée
Poivre en grain	

Préparation

1.	Préparer les pêches : réaliser des billes de pêches avec une cuillère parisienne.
2.	Les mariner dans le jus de la boîte additionné du pastis et du gingembre moulu. Réserver.

- 3. Réaliser le beurre de sureau. Nettoyer et égrapper les baies de sureau. Les faires éclater à feu vif et laisser réduire quelques minutes. Passer au chinois. Monter au beurre, saler. Réserver.
- 4. Chauffer doucement les pêches dans leur jus et réserver.
- 5. Saisir rapidement les steaks de thon à l'huile, à feu vif sur les deux côtés, saler (gros sel) et poivrer.

6.	Les débiter en 4 morceaux. Servir rapidement accompagné d'une bille de pêche et d'un peu de beurre de sureau.
7.	PS: Dans cette recette, le thon peut être remplacé par un autre poisson dont la pêche est plus durable ou par un poisson d'eau douce (truite)