

# Opečený steak ze žlutoploutvého tuňáka

Kategorie: Dary moře

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor: Šéfkuchař Lukáš Vácha

## Suroviny

200 250 g steak z čerstvého žlutoploutvého tuňáka

mořská sůl

bílý pepř

chobotnička

červené víno

cibule

česnek

provensálské bylinky

ocet balsamico

dijonská hořčice

čerstvé koření

nudle Udon

sezamový olej

olivový olej

šalotka

estragon

bílý ocet

bílé víno

žloutky

máslo

bílé a černé oloupané sezamové semínko

fazolky

paprika



## Postup

Zprudka opečený steak ze žlutoploutvého tuňáka s marinovanou chobotničkou, nudlemi Udon, restovanými fazolkami a omáčkou Bernaise. Tuňák: čerstvého tuňáka osolíme mořskou solí, opepříme bílým pepřem, zprudka orestujeme. Nudle Udon: restují se na sezamovém oleji. Přidáme bílé a černé oloupané sezamové semínko a blanširované fazolky, pečenou papriku, sůl, pepř. Omáčka Bernaise: na olivovém oleji orestujeme jemně rozkrájenou šalotku s estragonem, bílým octem a trochou bílého vína. Vychladíme. Do misky do vodní lázně dáme žloutky a zmíněnou šalotku, za stálého míchání přiléváme přepuštěné máslo. Vyšleháme do krémové konzistence. Marinovaná chobotnička: chobotničku uvaříme doměkka v červeném víně s cibulí, česnekem a provensálskými bylinkami. Scedíme, oloupáme, necháme vystydnout. Marinujeme v olivovém oleji s čerstvým kořením, dijonskou hořčicí, solí, pepřem a octem balsamico.