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 balsamiko
dijonská hořčice
čerstvé koření
nudle Udon
sezamový olej
olivový olej
šalotka
estragon
bílý ocet
bílé víno
žloudky
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 blanšírované 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.