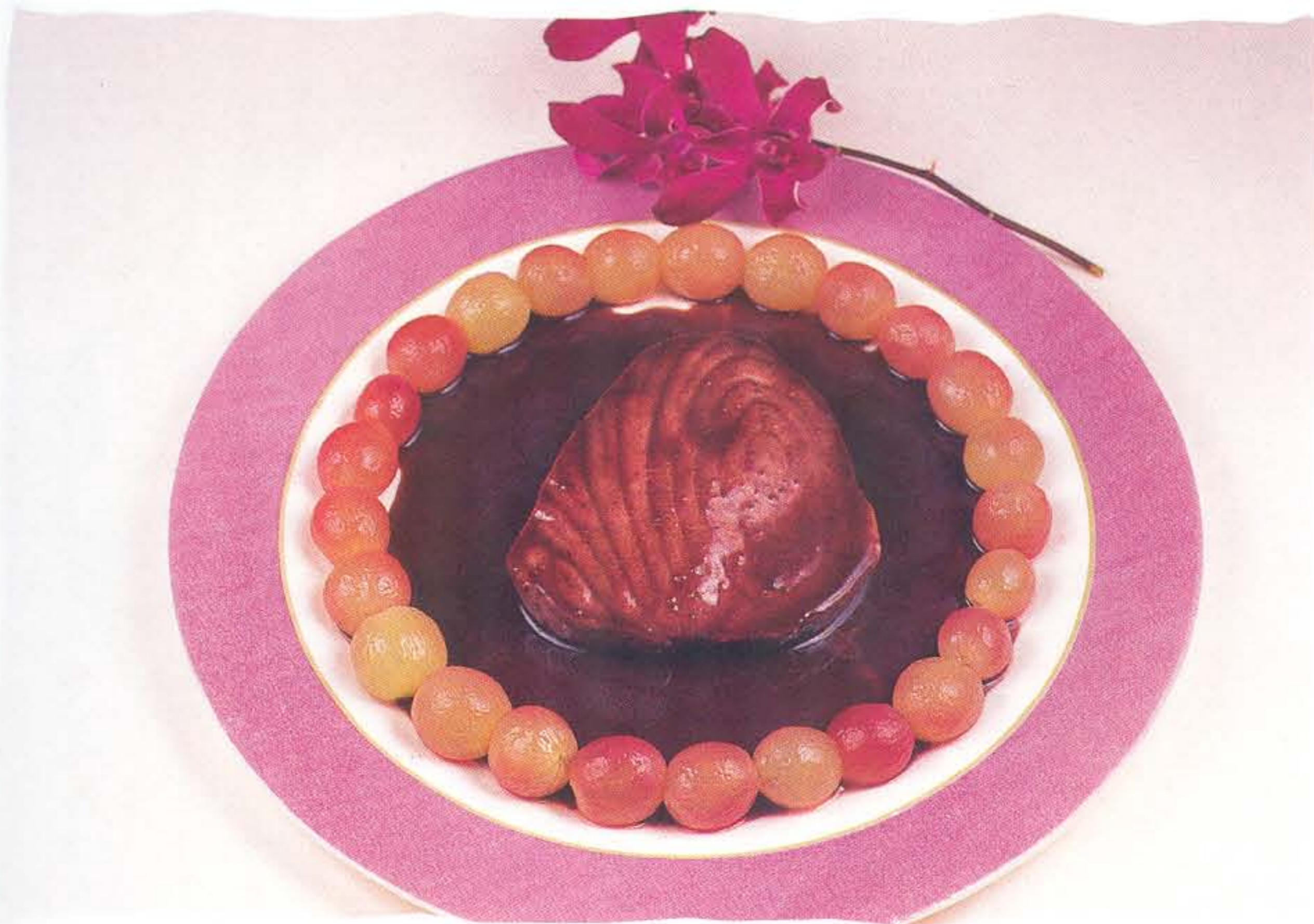


Émincé de thon vigneronne



Élaboration de la recette

1) Tailler les émincés de thon et les réserver au frais

2) Réaliser le fumet de poisson comme indiqué page 9, en utilisant du vin rouge.
Passer au chinois et réserver au bain marie.

3) Préparer la garniture : Monder les raisins (les plonger dans l'eau bouillante puis les rafraîchir). Enlever la peau et les pépins avec un petit couteau.
Réserver au chaud au bain marie avec un peu de beurre.

4) Cuire le thon : Ranger les émincés de thon dans un rondau ou sur la plaque.
Verser le fumet de poisson bouillant et vérifier l'assaisonnement.
Porter à ébullition, couvrir et cuire environ 8 minutes.

5) Terminer la sauce : Au terme de la cuisson, sortir les poissons et les réserver au chaud. Laisser réduire de moitié environ la cuisson.
Lier selon votre convenance avec du beurre manié.

Remuer au fouet énergiquement pour enlever les grumeaux qui doivent se dissoudre.
Vérifier l'assaisonnement et monter au beurre.
Passer au chinois étamine et réserver au chaud.

6) Dressage : Déposer sur l'assiette les émincés de thon. Napper de sauce.
Agrémenter des raisins autour du poisson.
Vous pouvez décorer avec un peu de persil en branche ou haché selon votre goût.
Servir chaud.

MOYENNEMENT FACILE

TEMPS DE PREPARATION

1 h

TEMPS DE CUISSON

10 mn

INGREDIENTS POUR 8 PERS

- 1,6 kg de filet de thon
(soit 8 émincés de 200 g chacun)

Pour le fumet de poisson

- 800 g d'arêtes de poisson
- 50g de carottes
- 100 g de gros oignons
- 80 g de beurre
- 1 bouquet garni
- 1 litre de vin rouge

Pour la garniture

- 500 g de raisins rouges

Pour le beurre manié

- 80 g de beurre
- 80 g de farine

Pour les finitions

- 80 g de beurre (pour la sauce)
- 50 g de beurre (pour les raisins)

MATERIEL

- 1 casserole moyenne
- 1 rondau plat ou une plaque allant au four pour les poissons
- 1 passoire
- 1 chinois étamine ou passoire fine
- 1 petite casserole pour pocher les raisins

LA NOTE DU TROUBADOUR

La dénomination "vigneronne" s'applique à des apprêts ayant un rapport avec le raisin. Alors pourquoi ne pas l'appliquer au thon "Big Eye" du Pacifique ?