

Thon mi-cuit façon bâtonnet d'esquimaux (vanille/sésame blanc ; chocolat/sésame noir) avec bâton à g



Ingrédients (pour 10 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
20 pièces	Agitateur café 14 cm en bois en sachet de 1000 GARCIA DE POU	0092840
0.1	Beurre	~
0.1	Blancs d'œufs	~
0.1	Graines de sésame en sachet 1 kg CARAVELLE	0160618
0.1	Graine de sésame noire en sachet 1 kg ESPIG	0096256

Étapes de préparation

- 1 Couper le thon rouge en rectangle de 2cm d'épaisseur puis insérer le bâtonnet.
- 2 Assaisonner le thon, puis le badigeonner de blancs d'œufs et le recouvrir de sésames (1 bâtonnet de sésame blanc et 1 de sésame noir).
- 3 Poêler le thon dans du beurre à feu doux, pendant 2 minutes de chaque côté pour une mi cuisson, puis servir.

Le bon accord vin

Pour accompagner votre recette, nous vous proposons un Chablis blanc AOC 2018 en bouteille 75 cl Sélection Jean Marc Brocard JEAN DE CHAUDENAY