

Le Panier du Chef : Minute de thon

Chronique publiée le 11/01/2019

Couper des cubes de thon de 2cm environ. Les mettre en brochettes et les faire revenir.

Faire une sauce au poivre: concasser du poivre blanc et vert, dans une poêle les faire revenir avec de la moutarde et flamber au cognac, crémier et ajouter un jus brun.

Plat parfait avec une petite salade de roquette !

Pour d'autres articles, connectez-vous sur radiomelodie.com