



Steak de thon aux oignons



Categoria
Peixe



Tempo de preparação
Médio



Dificuldade
Médio



Custo
Intermédiaire




Com quem?
En famille



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

 600ml Gallo Huile D'olive
Extra Vierge Grand Choix

- 125g de steak de thon frais
- Oignon blanc et rouge en quantité suffisante
- 100g de gousses d'ail
- 50g de tomate fraîche
- Poivrons verts et rouges en quantité suffisante
- Basilic frais en quantité suffisante
- Poivre moulu en quantité suffisante
- Gros sel en quantité suffisante

Modo de preparação

1

Commencez par assaisonner le steak de thon avec du poivre moulu et du gros sel.

2

Coupez les oignons en rondelles, les poivrons en julienne et écrasez les gousses d'ail.

3

Faites chauffer l'huile d'olive, ajoutez les gousses d'ail et, une fois frits, ajoutez les poivrons et les oignons et laissez mijoter.

4

Retirez les oignons et dans cette même huile d'olive, faites frire le steak de thon, en terminant avec quelques gouttes de vinaigre blanc.

5

Faites sauter la tomate coupée en petits dés.

6

Mettez les oignons dans la poêle de confection et disposez la tomate sur le thon.

7

Servez bien chaud, en décorant avec un brin de basilic, arrosez avec de l'huile d'olive et saupoudrez de poivre moulu.

Produtos utilizados



Grand Choix

Huile d'Olive Vierge Extra Premium



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide