



Thon braisé au gingembre et à la ciboulette



Préparation : Pour la marinade, mélanger le Mirin, la sauce soja et le Saké, et y faire mariner le thon pendant **1 heure**. Préchauffer le teppan yaki à **240 °C**. Retirer le thon de la marinade, le sécher et le badigeonner avec de l'huile de sésame. Eplucher le gingembre et le râper finement. Faire brunir le thon pendant **2 minutes** sur le teppan yaki en le retournant régulièrement. Laisser reposer **1 minute**. Pour servir, répartir le gingembre et la sauce soja sur de petites assiettes ou dans de petites coupelles. Couper le thon en tranches de 1 cm d'épaisseur et poser 3-4 tranches par assiette. Décorer le pourtour de l'assiette avec les brins de ciboulette.

Astuce : On peut aussi faire mariner le thon uniquement dans la sauce soja et boire le Saké en accompagnement.

Thon braisé au gingembre et à la ciboulette

Appareil Gaggenau : teppan yaki

Température : 240 °C

Préparation : 10 minutes

plus 1 heure de marinade

Recette pour 4 personnes

Ingrédients :

1 cuillère à soupe de Mirin (vin de riz doux)

2 cuillères à soupe de sauce soja

1 cuillère à soupe de Saké ou de Sherry sec

350 g de thon (de qualité pour les Sushi)

2 morceaux de gingembre gros comme le pouce

1 cuillère à soupe d'huile de sésame

1 bouquet de ciboulette