

Thon au beurre de citron

Préparation : 30 mn, cuisson : 1 h.

Pour 6 personnes.

1,4 kg de thon en un morceau, 2 carottes, 2 oignons, 1 gousse d'ail, 1 bouquet garni, 40 g de beurre, 1 c à soupe d'huile, 3 c à café de fumet de poisson déshydraté, sel, poivre.

Pour la sauce : 200 g de beurre, 1 citron, 3 œufs, quelques brins de persil et de ciboulette, sel, poivre blanc.

Délayer le fumet de poisson dans 30 cl d'eau bouillante. Le faire réduire pendant 5 mn et réserver. Eplucher et émincer les oignons.

Chauffer 40 g de beurre et l'huile dans une cocotte. Y faire dorer le thon 8 à 10 mn en le retournant. Saler, poivrer et l'ôter de la cocotte.

Le remplacer par les carottes et les oignons. Les faire revenir 5 mn. Ajouter l'ail écrasé et le bouquet garni.

Poursuivre la cuisson 5 mn.

Déposer le thon sur les légumes. Mouiller avec le fumet. Couvrir. Laisser cuire 45 mn à feu doux en retournant le poisson à mi-cuisson.

Faire durcir les œufs 10 mn à l'eau bouillante. Les rafraîchir et les écaler avant de les hacher.

Faire fondre le beurre à feu doux. Hors du feu, incorporer le jus du citron, les œufs durs hachés et les fines herbes. Saler, poivrer.

Egoutter le thon. Le couper en tranches en éliminant la peau et l'arête centrale. Le servir avec le beurre citronné.

Pour obtenir une sauce corsée, mouiller les légumes avec 2 c de vermouth sec.



Clic sur l'image pour l'agrandir

Retour : cliquez sur « Page précédente » de votre navigateur

Recette proposée par



[Toque Blanche - Logiciel](#)

La plupart des recettes proviennent d'une collection personnelle des années 1950 aux années 1990 de magazines féminins d'éditeurs français et belges; les photos accompagnant certaines recettes ont la même source.