



## STEAK D'AUBERGINE AU THON EN TRANCHES POÊLÉ AU MOÛT

**Categoria:** Apéritif **Tempo di preparazione:** 70 minutes **Difficoltà:** medio 🇩🇪

### Ingredienti per 4

- 1 aubergine ronde
- Saler au goût
- Huile d'olive extra vierge au goût
- 1 gousse d'ail
- piment au goût
- Menthe finement hachée au goût
- ½ verre de vinaigre de vin rouge et un peu plus pour badigeonner le thon
- Persil finement haché au goût
- 4 filets de thon de 2 cm d'épaisseur
- 1 cuillère à soupe de moût

*Le moût est le jus des raisins avant d'être mis à fermenter en vin. Il a une pointe de douceur et donne une délicieuse complexité à tout ce à quoi il est ajouté comme, dans ce cas, la garniture pour l'aubergine et le thon poêlé.*

Difficulté : **moyen**

Coût : **moyen**

Temps de préparation : **70 minutes**

Portions : **4 personnes**

### Préparation

Coupez les aubergines en tranches épaisses de 2 cm. Salez et laissez reposer 30 minutes. Cette opération éliminera le goût amer. Après le temps nécessaire, placez sur la plaque chauffante et faites cuire des deux côtés pendant environ 5-10 minutes.

Préparez un assaisonnement à base de : huile d'olive extra vierge, ail entier (1 gousse), piment, moût, menthe, vinaigre rouge et persil. Mettez de côté.

Prenez les filets de thon, salez et badigeonnez-les de vinaigre. Laissez-les griller pendant 4 minutes de chaque côté (moins si vous les préférez plus crus).

Coupez les filets de thon en tranches, disposez-les sur les steaks d'aubergines, assaisonnez avec la sauce préalablement préparée et servez sur une plaque chauffante. Bon appétit !

