

# DUO DE THON DE MÉDITERRANÉE, VINAIGRETTE DE TOMATES À MANGER

*Par Pierre-Jean Carton, chef du restaurant Le Bec Fin  
(Fos-sur-Mer)*

## Ingrédients pour 2 personnes :

300 g de thon de Méditerranée : 2 pavés de 90 g chacun pour le tataki, un autre morceau de 120 g pour le tartare

20 cl de sauce tomate lisse, parfumée au thym citron (une variété de thym au parfum citronné)

2 échalotes

2 cébettes

10 pétales de tomates confites

10 tomates cerises confites

Ciboulette, cerfeuil

100 g de pignons

1 gousse d'ail

Huile d'olive

Vinaigre de Xérès

Vinaigre balsamique pour la finition décorative et aromatique



- Pour la vinaigrette à manger, mélangez la sauce tomate, les échalotes finement ciselées, les cébettes émincées, 8 pétales de tomates confites coupées en petits dès, 8 tomates cerises confites coupées en deux, de la ciboulette et du cerfeuil hachés. Ajoutez du vinaigre de Xérès à volonté, puis montez la vinaigrette avec 15 cl d'huile d'olive.
- Pour le tartare de thon, découpez le morceau de 120 g en petits dès d'environ 3 mm de côté. Mélangez-les avec 5 cuillères à soupe de vinaigrette et les pignons. Réservez au frais.

# **DUO DE THON DE MÉDITERRANÉE, VINAIGRETTE DE TOMATES À MANGER**

*Par Pierre-Jean Carton, chef du restaurant Le Bec Fin  
(Fos-sur-Mer)*

- Pour le tataki de thon, « marquez » les pavés à feu vif, en les colorant sur les quatre faces et en les retirant du feu rapidement de manière à ce que la chaleur arrive à cœur sans surcuire.
- Dressez et décorez vos assiettes avec un fond de vinaigrette à manger et, au-dessus, les pétales de tomates et les tomates cerises confites restants. Ajoutez le tataki, décorez avec des petites pluches d'herbes et des pignons, arrosez d'un trait de vinaigre balsamique. Servez le tartare à côté, bien frais, décoré lui aussi de pluches d'herbes.