

Provensálský tuňák

Kategorie: [Maso](#)

Autor: wencek



Suroviny

Porce: 4

- sherry rajčata 300 g
- extra panenský olivový olej 1 lžíce
- česnek 3 stroužek
- tymián 2 lžička
- čerstvá bazalka 1 hrst
- černé olivy 1.2 šálek
- steaky s tuňáka 4 ks
- čerstvé pečivo 4 ks
- tymián 4 snítka
- sůl 1 špetka
- pepř 1 špetka

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Restování

Země: Itálie

Počet porcí: 4

Postup:

1

Rajčata osolte, opepřete a nechte v sítu okapat.

2

V hlubší pánvi rozehřejte lžici olivového oleje, vložte do něj rajčata, přidejte česnek, většinu tymiánu a bazalky, snižte teplotu a vše 7 až 10 minut restujte. Občas promíchejte, rajčata ani bylinky nesmějí

ztmavnout. Odstavte a vmíchejte olivy nakráté na kolečka

3

Na vysokou teplotu rozežhřejte grilovací pánev, potřete ji olejem a steaky z tuňáka z každé strany asi minutu opékejte.

4

Na talíře rozdělte rajčatovou směs a přidejte k ní na plátky pokrájený steak. Podávejte ozdobené bylinkou a s čerstvým pečivem.

Poznámka:

steaky s tuňáka - každý 125 g