

# COURS DE CUISINE

Vendredi 3 Juillet 2009

Par Grégory Michel



Légère tarte de thon aux poivrons verts et bouts de jambon  
Serrano cuits à la façon basquaise

## L'ENTRACTE

35, rue saint Jean du pérot - 17000 La Rochelle

Tél. 05 46 31 15 20

Mail : [contact@laclassedegourmets.com](mailto:contact@laclassedegourmets.com)

## Légère tarte de thon aux poivrons verts et bouts de jambon Serrano cuits à la façon basquaise

### Préparation de la basquaise :

#### **Ingrédients**

- \* 500 gr d'oignons
- \* 250 gr de poivrons vert
- \* 100 gr de jambon type Serrano
- \* sel piment d'Espelette
- \* Pâte à tarte à feuilletée

Faire revenir à l'huile d olive les oignons émincés doucement, puis ajouter les poivrons coupés en lamelles et enfin le jambon.

Laisser cuire l'ensemble assez longtemps.

Egoutter l'ensemble dans une grande passoire pour faire partir la graisse.

Abaisser et détailler dans du feuilletage des cercles de 16 cm de diamètre.

Déposer dessus la compotée faite ci-dessus.

### Préparation du thon

#### **Ingrédients**

- \* 450 gr de filet de thon
- \* 20 cl d'huile d'olive

Couper le filet de thon en dés.

Recouvrir d'huile d'olive et conserver au frais.

### Montage et finition de l'assiette :

- \* fond de tarte avec la compotée de poivrons et oignons
- \* 2 cuillères à soupe de dés de thon
- \* ciboulette ciselée
- \* peaux de tomates séchées
- \* vinaigre balsamique
- \* huile d olive
- \* fleur de sel
- \* piment d'espelette

Mettre les fonds de tarte sur une plaque à pâtisserie et les enfourner dans un four à 200°.

Quand la pâte est cuite, déposer les dés de thon sur la tarte et réenfournier 30 secondes pour nacrer légèrement les dés de thon.

A la sortie du four, mettre la tarte dans une grande assiette blanche chaude.

Parsemer de ciboulette ciselée et émietter une peau de tomate séchée.

Assaisonner la tarte et en particulier les dés de thon avec la fleur de sel et le piment d'Espelette.

Mettre aussi du piment d'Espelette sur les bords de l'assiette et finir par un trait de vinaigre de balsamique sur la tarte autour de cette dernière ainsi qu'un trait d'huile d'olive.