



### TARTARE DE THON FOIE GRAS SEMOULE PARFUMEE



**Pour 4 personnes** :100g de thon, 100g de carottes et de navets, 50g de poireau et de céleri branche, QS de Wasabi, sauce Teriyaki, sel, poivre, 25g d 'oignon, 2g de purée de piment, 1g de ras al hanout, de curcuma, de cumin et de paprika, 8g de concentré de tomates, 500g de bouillon de légumes, 50g d'eau, 50g de semoule, 10g de pignons torréfiés, 6 feuilles de coriandre, 4 cubes de foie gras cru de 25g.

Pelez et taillez les légumes lavés. Détaillez le thon en petits cubes, assaisonnez-les avec du wasabi et de la sauce Teriyaki.

**Le bouillon de couscous** : faites suer l'oignon avec les épices, ajoutez le concentré de tomates, poireau, céleri, carotte et navet. Assaisonnez, mouillez avec le bouillon et cuire environ 1heure 30.

**La semoule** : Versez l'eau bouillante sur la semoule, couvrez et laissez gonfler. Egrainez-la, ajoutez les pignons torréfiés et la coriandre ciselée, assaisonnez.

**Le foie gras** : Poêlez le sur toutes les faces, assaisonnez, épongez.

**La finition** : Dressez dans votre assiette le tartare de thon puis la semoule à l'aide d'un cercle, posez dessus un cube de foie gras. Servez le bouillon chaud dans un verre.

