



Pâtes avec steak de thon et poivron grillé



Temps de préparation

30 min à 1h



Difficulté

Moyenne



Ingrédients

4 poivrons
huile d'olive
2 gousses d'ail (émincées)
4 tomates (cœur de bœuf, détaillées en dés)
sel et poivre
1 cuillère à soupe de câpres
1 poignée d'olives dénoyautées (coupées en rondelles)
500 grammes de steak de thon
500 grammes de capellini
1 oignon rouge (en rondelles)
1 poignée de persil (ciselé)

Méthode de préparation

- 1.** Coupez les poivrons en quatre et ôtez-en les graines. Placez-les sur une plaque de cuisson, la peau vers le haut et passez-les sous le gril jusqu'à ce que les poivrons soient noircis. Laissez-les refroidir dans un récipient couvert. Ôtez les peaux noircies. Détaillez ensuite les poivrons en fines lamelles.
- 2.** Dans une poêle profonde, versez un généreux filet d'huile d'olive et faites-y revenir l'ail jusqu'à ce qu'il soit translucide.
- 3.** Ajoutez les tomates cœur de bœuf et assaisonnez-les avec du sel, du poivre, des câpres et des olives. Laissez-les mijoter pendant un moment et ajoutez-y ensuite les lanières de poivrons.
- 4.** Tamponnez les steaks de thon pour les sécher, puis salez et poivrez-les sur les deux faces. Faites chauffer un bon filet d'huile d'olive dans une poêle. Poêlez les steaks de thon pendant 2 minutes de chaque côté. Retirez-les de la poêle et coupez-les en larges lanières.
- 5.** Faites cuire les capellini dans de l'eau salée, et égouttez-les. Mélangez-les bien avec la sauce et répartissez-les dans les assiettes.



- 6.** Déposez quelques lanières de thon dans chaque assiette et garnissez avec les rondelles d'oignon rouge et le persil.