

Steak z tuňáka s restovanou zeleninou

150g chlazeného tuňáka
Menší paprika
Cuketa
Pórek
Ledový salát
Citron
Řepkový olej na smažení
Sůl
Pepř

Papriku a cuketu nakrájíme na větší kousky, lehce posolíme a promícháme. Pórek také nakrájíme, lehce osmažíme na oleji na předehřáté pánvi. Poté přidáme papriku a cuketu, promícháme a orestujeme. Orestovanou zeleninu přesypeme do hrnce a zakryjeme pokličkou, aby zelenina zůstala teplá.

Tuňáka zlehka osolíme, opeříme a z obou stran 3-4 minuty osmažíme. Na závěr pokapeme citronovou šťávou. Steak podáváme s grilovanou zeleninou a ledovým salátem.



Barbora Šmucrová