

# **Tagliata di tonno al sesamo**

## INGREDIENTI:

2 fette di tonno fresco di almeno 3 cm di spessore,  
sesamo qb,  
sale qb,  
1 cucchiaio di olio,  
glassa di aceto balsamico.

Impanare le fette di tonno con il sesamo.

Scaldare una padella, metterci il cucchiaio d'olio e quando è bene calda metterci le fette di tonno con il sesamo far cuocere un paio di minuti per lato in modo che il sesamo risulti tostato, ma il tonno dentro deve risultare ancora rosa.

Spegnere, salare e far riposare qualche istante prima di tagliarlo a listarelle.

Metterlo su un piatto da portata e aggiungere sopra la glassa di aceto balsamico.