

PAVÉS DE SAUMON SAUCE À L'OSEILLE

Février 2005 (Révisé en juin 2017)

Ingrédients (2 personnes) :

- ★ 300/360 g de pavés de saumon (2 pièces)
- ★ Sauce à l'oseille
- ★ 40 g de beurre
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Poêle

Préparation : 15 mn

Cuisson : 15 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 6,83 € (soit 3,43 € par personne)



Recette :

Préparer une sauce à l'oseille et la réserver au chaud. Rincer les pavés de saumon, les égoutter et les sécher sur du papier absorbant. Dans une poêle faire fondre le beurre et cuire les pavés de poisson durant 15 minutes, d'abord côté peau 10 mn puis côté chair le temps restant, saler et poivrer sur chaque face.

Dans chaque assiette, déposer un pavé de saumon, napper de sauce à l'oseille, accompagner de tagliatelles fraîches ou de semoule aux raisins de Corinthe.

i Les feuilles d'oseille contiennent de l'acide oxalique ce qui est déconseillé aux personnes souffrant de calculs, de problèmes rénaux.

Boisson :

Un rosé de Touraine servi à 8°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.