

TOURTE AU SAUMON ET AUX ÉPINARDS

Novembre 2008 (Actualisé en août 2018)

Ingrédients (6 personnes) :

- ★ 2 rouleaux de pâte feuilletée pur beurre
- ★ 600 g de saumon frais (filets, darnes, pavés)
- ★ 400 g d'épinards frais
- ★ 1 œuf
- ★ 10 cl de crème fraîche liquide
- ★ 2 échalotes
- ★ 12,5 cl de vin blanc sec (Sauvignon)
- ★ 50 g de beurre (40 + 10)
- ★ 1 cuillère à café de fumet de poisson déshydraté
- ★ 1 feuille de laurier
- ★ 1 cuillère à café de gros sel gris de Guérande
- ★ Sel fin, poivre moulu

Ustensiles : 2 casseroles, Égouttoir, Moule à tarte, Poêle, Bol, Mixer

Préparation : 10 mn

Préchauffage : 10 mn

Cuisson : 50 mn

Difficulté : Assez facile

Coût (indicatif) : 12,95 € (soit 2,16 € par personne)



Recette :

Parer les épinards, éliminer les grosses tiges coriaces. Peler les échalotes et les émincer finement. Porter à ébullition 1 litre d'eau dans une casserole avec le fumet de poisson, le vin blanc, le laurier. Poivrer généreusement. Ajouter le saumon coupé en morceaux et maintenir à frémissement 10 minutes. Égoutter et laisser refroidir. Dans une seconde casserole porter à ébullition 2 litres d'eau avec le gros sel, y jeter les épinards et les laisser blanchir 5 minutes. Les égoutter et les presser entre les mains pour éliminer le maximum d'eau. Dans une poêle, faire fondre 40 g de beurre, ajouter les échalotes, les faire suer 2 minutes, ajouter les épinards, la crème, saler, poivrer et cuire 5 minutes à feu doux. Laisser tiédir et mixer grossièrement.

Préchauffer le four à 200°C (Thermostat 6/7) pendant 10 minutes. Beurrer un moule à tarte avec le reste du beurre, foncer avec un disque de pâte, laisser pendre l'excédent piquer le fond avec une fourchette. Déposer la moitié des épinards, émietter par-dessus le saumon, puis terminer avec le reste des épinards. Appliquer sur la préparation un disque de pâte du diamètre du moule et souder les deux pâtes en serrant avec les doigts. Casser l'œuf et récupérer le jaune dans un bol, ajouter une demi-cuillère à café d'eau, mélanger et badigeonner au pinceau la surface de la tourte. Faire quelques stries avec un couteau et pratiquer 4 petites ouvertures sur la surface. Enfourner pour 30 minutes. Consommer dès la sortie du four.

Boisson :

Un Chablis ou un Savennières servi à 10°C. (*)

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