

FILET DE SAUMON ET SAUMON FUMÉ, SAUCE AU NOILLY PRAT

Saumon	4x180g
Saumon fumé	150g
Echalotes	4pcs
Crème	2dl
Beurre	40g
Graisse de coco bio	20g
Fleur de sel & cerfeuil	p.m.
Vin blanc	2dl
Fumet de poisson	2dl
Œufs de lompe noir	1 pot
Noilly Prat	2dl

Pour 4 personnes

Préparation

Sauce

- Emincer les échalotes et les suer au beurre sans coloration
- Ajouter le vin blanc, le fumet de poisson puis réduire
- Additionner le beurre et la crème
- Mixer et filtrer

Poisson

- Cuire le poisson 2min à la poêle, de chaque côté
- Mettre une tranche de saumon fumé dessus le saumon cuit
- Déglacer au Noilly Prat puis couper le feu
- Couvrir la poêle à l'aide d'un couvercle
- Laisser tirer pendant 2min
- Servir avec des œufs de lompe sur le dessus et une pluche de cerfeuil en décoration

Suggestion : Servir avec un riz pilaf et courgettes au persil et julienne de céleri