

Saumon en papillote, beurre nantais et julienne de légumes croquants

Recette pour 4 personnes



Description

Saumon cuit doucement en papillote avec une julienne de courgette et carotte, servi avec une sauce onctueuse au fumet de poisson.

L'astuce du chef

La papillote est une méthode de cuisson parfaite pour garder le poisson très tendre étant donné qu'il cuit avec sa propre vapeur.

Ingrédients

Saumon

- 4 Unité(s) Pavé de saumon
- 1 Unité(s) Courgette
- 1 Unité(s) Carotte
- 10 Brin(s) Ciboulette
- 2 Gousse(s) Ail
- 30 Gr Beurre

Beurre nantais au fumet de poisson

- 2 Unité(s) Échalote française
- 50 Gr Vinaigre balsamique blanc
- 150 Ml Vin blanc
- 250 Ml Fumet de poisson
- 150 Ml Crème 35%
- 50 Gr Beurre

Préparation

Temps de préparation **45.00 mins**

Mise en place

Taillez en julienne les carottes et la courgette à l'aide d'une mandoline. Ciselez la ciboulette et hachez l'ail.

Ciselez les échalotes.

Papillote

Sautez la julienne de légumes rapidement avec le beurre et l'ail. Séparez les légumes sur 4 papiers parchemin et déposez-y les pavés de saumon, salez et poivrez. Fermez la papillote et enfournez 20 minutes.

Beurre nantais

Faites revenir les échalotes avec le beurre sans coloration (suer), versez le vinaigre et le vin blanc jusqu'à évaporation presque totale. Ajoutez la crème et le fumet, réduire la sauce tranquillement jusqu'à consistante nappante.

Bon appétit!