

Bonbon de saumon en cuisson lente, purée de butternut, brunoise de Honeycrisp, graines de courge torrifiées et huile d'aneth

Recette pour 12 tapas

Description

Un saumon fondant à cœur, accompagné de la douceur du butternut, du croquant acidulé de la pomme Honeycrisp et d'une huile d'aneth tout en fraîcheur.

L'astuce du chef

Taillez les morceaux de saumon bien régulièrement pour assurer une cuisson uniforme et retirez-les du four dès qu'ils sont légèrement nacrés à cœur. Mélangez la pomme à la vinaigrette dès qu'elle est coupée afin de préserver sa fraîcheur, son croquant et sa belle couleur.

Ingrédients

Bonbons de saumon cuisson lente

- 650 Gr Filet de saumon sans peau
- Sel et poivre

Purée de courge butternut

- 900 Gr Courge butternut
- 3 Unité(s) Échalote française
- 50 Gr Beurre
- 300 Ml Crème 35% à cuisson
- 500 Ml Bouillon de légumes
- Sel et poivre

Brunoise de Honeycrisp au cidre, érable et citron

- 2 Unité(s) Pomme cortland
- 25 Ml Vinaigre de cidre
- 20 Ml Sirop d'érable
- 15 Ml Jus de citron
- 2 Cuil. à soupe Aneth
- Sel et poivre

Huile d'aneth

- 200 Ml Huile de canola
- 1 Bouquet Aneth
- Sel et poivre

Graines de courge torrifiées

- 75 Gr Graines de courge
- 5 Ml Huile de canola
- Sel et poivre

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**
- Préchauffez votre **four** à **200 F°**

Préparer les bonbons de saumon

Préchauffer le four à 200°F. Tailler le saumon en 12 cubes réguliers d'environ 50 à 55 g chacun. Déposer sur une plaque recouverte de papier parchemin. Badigeonner légèrement d'huile d'olive. Assaisonner de fleur de sel et de poivre. Cuire de 20 à 25 minutes, jusqu'à ce que le saumon soit légèrement nacré et fondant.

Préparer la purée de courge butternut

Ciseler l'échalote finement. Éplucher et tailler la courge butternut en cubes. Dans une casserole, faire suer l'échalote dans le beurre pendant 2 minutes. Ajouter la courge et cuire 2 minutes supplémentaires. Ajouter le bouillon et la crème. Laisser mijoter environ 20 minutes, jusqu'à ce que la courge soit tendre. Réduire en purée lisse au mélangeur. Passer au tamis fin. Rectifier l'assaisonnement. Réserver au chaud.

Préparer la brunoise de Honeycrisp

Ciseler finement l'aneth. Tailler la pomme en fine brunoise. Dans un bol, mélanger le vinaigre de cidre, le sirop d'érable et le jus de citron. Ajouter la pomme et l'aneth ciselé. Assaisonner légèrement de fleur de sel. Réserver au frais.

Préparer l'huile d'aneth

Déposer l'huile et l'aneth dans le mélangeur. Mixer 2 minutes jusqu'à l'obtention d'une huile bien verte. Passer au tamis fin. Réserver dans une petite bouteille squizz.

Préparer les graines de courge torréfiées

Dans un bol, mélanger les graines de courge avec l'huile de canola et une pincée de fleur de sel. Étaler sur une plaque recouverte de papier parchemin. Torrifier au four à 325°F de 8 à 10 minutes, en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les graines soient légèrement dorées et croustillantes. Laisser refroidir complètement.

Dressage

Déposer environ 30 ml de purée de courge butternut au fond de chaque petit bol. Déposer un bonbon de saumon au centre. Garnir de brunoise de Honeycrisp. Ajouter quelques graines de courge torréfiées. Terminer avec quelques gouttes d'huile d'aneth. Garnir d'une petite pluche d'aneth en décoration.

Bon appétit!