

Paupiette de saumon aux asperges, beurre blanc citronné, salade de roquette

Recette pour 4 personnes



Description

Asperges vertes justes blanchies enroulées dans un filet de saumon cuit assaisonné aux baies roses au four pour une présentation originale, le tout nappé d'une sauce au vin blanc et au citron émulsionnée au beurre.

L'astuce du chef

Vous pouvez ajouter quelques gouttes de vinaigre de citron à votre beurre blanc pour en accentuer le parfum de citron confit.

Ingrédients

Pour les paupiettes

- 600 Gr Filet de saumon sans peau
- 8 Unité(s) Asperge verte
- 10 Unité(s) Baies roses
- Huile d'olive
- Sel et poivre

Pour le beurre blanc citronné

- 100 Ml Vin blanc
- 1 Unité(s) Échalote
- 200 Gr Beurre salé
- 1 Unité(s) Citron
- 50 Ml Vinaigre de vin blanc
- Huile d'olive
- Sel et poivre

Pour la salade de roquette

- 4 Poignée(s) Roquette
- 5 Ml Sirop d'érable
- 45 Ml Huile d'olive
- 30 Ml Vinaigre balsamique blanc
- Huile d'olive
- Sel et poivre

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**

- Préchauffez votre **four** à **400 F°**

Mise en place

Cassez le pied des asperges puis pelez-les si elles ont un gros diamètre. Ciselez l'échalote. Écrasez les baies roses à l'aide d'un mortier. Coupez le beurre en cubes et conservez-le au réfrigérateur. Zestez le citron et pressez son jus. Portionnez le filet de saumon en 4 morceaux égaux que vous ouvrirez en portefeuille afin de créer 4 escalopes.

Préparation des paupiettes de saumon

Faites cuire les asperges 2 minutes environ à l'eau bouillante ou à la vapeur et plongez-les dans un bain de glace pour stopper la cuisson. Assaisonnez les escalopes de saumon de sel et de baies roses, préalablement écrasées au mortier. Déposez 3 asperges au centre de chaque escalope et roulez le saumon tout autour. Vous pouvez fixer la paupiette avec un pic de bambou. Déposez la paupiette sur une plaque de cuisson recouverte de papier parchemin et enfournez environ 8- 10 minutes afin d'obtenir une cuisson rosée au centre.

Préparation du beurre blanc citronné

Dans une casserole, mélangez les échalotes, le vin blanc et le jus du citron. Faites réduire environ au deux tiers. Retirez du feu et commencez à incorporer le beurre bien froid petit à petit, sans cesser de remuer au fouet afin de créer une sauce onctueuse. Ajoutez finalement les zestes de citron et laissez infuser quelques minutes.

Préparation de la salade de roquette

Mélangez le sirop d'érable et le vinaigre au fouet. Incorporez l'huile d'olive en filet, puis assaisonnez de sel et de poivre. Mélangez à la roquette au dernier moment.

Dressage de votre assiette

Dressez le saumon sur vos assiettes, nappez de beurre blanc et posez un bouquet de salade de roquette à côté.

Bon appétit!