

Saumon au beurre rouge

Ingrédients pour 4 personnes

4 filets de saumon de 180 g chacun avec la peau
200 g champignons de Paris
6 échalotes
25 cl vin rouge
20 g farine
100 g beurre
sel et poivre

Nettoyez les champignons et émincez-les finement. Faites-les sauter à la poêle, dans 30 g de beurre, pendant 10 minutes. Salez et poivrez.

Pelez et émincez les échalotes. Mettez-les dans une petite casserole avec le vin rouge. Faites chauffer et laissez bouillir à petit feu sans couvrir jusqu'à réduction des deux tiers du liquide. Salez et poivrez.

Ecrasez 30 g de beurre et mélangez-le à la farine. Incorporez ce beurre manié à la réduction de vin. Laissez bouillir 2 minutes, puis ajoutez le reste du beurre coupé en morceaux. Battez au fouet et tenez au chaud, au bain-marie.

Faites cuire les filets de saumon dans une poêle anti-adhésive à feu vif sur le côté de la peau, sans matières grasses, pendant 5 minutes environ. Salez. Servez les filets sur un plat avec le beurre rouge en saucière.

Le secret de la réussite: Le saumon doit être à peine cuit et sur le seul côté peau. C'est la cuisson

dite à l'unilatérale. Seul le saumon frais peut être ainsi préparé.

Préparation: 15 min. Cuisson: 20 min.

Classification: poisson (plat), moyenne (difficulté), 2/3 (toques)

Origine: Bien cuisiner de Marie-Claude Bisson

Date: 16.08.2006

Enregistré par: démo