

Saumon grillé à la crème

Ingrédients pour 4 personnes

4 tranche saumon de 200 g chacune
80 g de beurre
le jus de 1 citron
2 pincée d'origan séché
80 cl de crème fraîche
40 g de farine
sel, poivre

Préparez une marinade avec 60 grammes de beurre fondu, le jus du citron, l'origan, du sel et du poivre. Versez-la sur les tranches de saumon et laissez reposer 1 heure à température ambiante.

Préparez la sauce 10 minutes environ avant de faire cuire le saumon, portez la crème à ébullition. Ajoutez une cuillerée à soupe de farine maniée avec 20 grammes de beurre. Salez et poivrez. Laissez cuire à feu doux 3 minutes, en remuant délicatement.

Faites cuire les tranches de saumon au grill, à feu vif, 3 minutes de chaque côté. Servez avec la sauce en saucière.

Préparation: 15 mn + marinade: 1h Cuisson: 10 mn

Le secret de la réussite: Manier le beurre et la farine est l'un des tours de main les plus faciles: Mettez le beurre dans un bol chauffé et réduisez-le en pommade à l'aide d'une spatule en bois; ajoutez la farine et travaillez le tout avec une fourchette pour bien mêler les ingrédients.

Classification:

Origine: Bien cuisiner de Marie-Claude Bisson

Date: 16.08.2006

Enregistré par: démo