

CAKE AU SAUMON ET À LA TOMATE CONFITE

Difficulté : ★☆☆☆

Préparation : 20 min

Cuisson : 40 min

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

100 g de saumon frais coupé en dés
80 g de tomates confites à l'huile d'olive
3 oeufs
150 g de farine
5 cl de lait
1 sachet de levure chimique
1 cuil. à soupe d'estragon
sel - poivre du moulin

RECETTE

- 1 Préchauffez le four à 180 °C (th. 6).
- 2 Tamisez ensemble la farine et la levure chimique. Battez les oeufs en omelette, salez et poivrez, versez le lait, puis 3 cuillerées à soupe de l'huile des tomates. Ajoutez la farine tamisée, mélangez bien. Ajoutez les dés de saumon frais, les tomates hachées grossièrement et l'estragon ciselé.
- 3 Beurrez et farinez un moule à cake. Versez la préparation, faites cuire 30 à 40 minutes selon votre moule. Pour vérifier la cuisson, piquez le cake avec la lame du couteau : si elle ressort propre et sèche, votre cake est cuit.
- 4 Dégustez le cake tiède de préférence.

À PARTIR DE
12 MOIS

PAPILLOTES DE SAUMON AU FENOUIL

Difficulté : ★☆☆☆ - Préparation : 20 min - Cuisson : 15 min

INGRÉDIENTS

4 pavés de saumon
1 bulbe de fenouil
2 carottes
1 cuil. à café de grains de coriandre
20 cl de vin blanc sec

RECETTE

- 1 Préchauffez le four à 180 °C (th. 6).
- 2 À l'aide d'une mandoline ou d'un bon couteau, tranchez finement le fenouil. Pelez les carottes et coupez-les en julienne.

- 3 Découpez 4 feuilles de papier sulfurisé. Déposez-y les pavés de saumon, salez et poivrez. Ajoutez un peu de fenouil et de carottes. Arrosez de quelques cuillerées à soupe de vin blanc et de grains de coriandre.
- 4 Fermez les papillotes hermétiquement (voir p. 80). Déposez les papillotes sur la plaque du four. Laissez cuire 15 minutes. Servez immédiatement, accompagné de riz blanc.

- Salez et poivrez.
- 2 Placez une feuille de filo sur un plan de travail propre ou un torchon sec. Badigeonnez-la de beurre fondu au pinceau. Faites de même pour l'autre feuille et superposez-la sur la première. Découpez les feuilles superposées en 2, puis encore en 2.
 - 3 Pliez chaque feuille de filo sur elle-même en 3, dans la longueur. Déposez 1 cuillerée à soupe de farce au saumon à l'extrémité de la bande de filo. Repliez la feuille sur elle-même en formant un angle droit. Répétez l'opération pour les autres feuilles. Déposez les pitas sur la plaque du four légèrement huilée.
 - 4 Faites cuire les feuilletés au four pendant 15 à 20 minutes.

SPANAKOPITA AU SAUMON

Difficulté : ★☆☆☆ - Préparation : 20 min - Cuisson : 40 min

INGRÉDIENTS

200 g de saumon frais
4 feuilles de brick
100 g de feta
100 g de fromage frais type Saint Moret®
2 oeufs battus
2 cuil. à soupe de persil haché
2 cuil. à soupe de menthe fraîche hachée
100 g de beurre fondu
huile d'olive, sel, poivre

RECETTE

- 1 Préchauffez le four à 200 °C (th. 6/7). Mixez le saumon, le fromage frais et la feta. Ajoutez les oeufs, le persil et la menthe.

À TABLE, MOUSSAILLON !

Voici un bien joli livre cartonné qui propose une cinquantaine de recettes autour du saumon, réparties en «classiques» et «surprenantes», mises en valeur par des photos sobres et

sans chichis. En carpaccio vanillé ou en marmite avec des poivrons, le saumon a plus d'un délice sous ses écailles !

Que faire avec... le saumon ? Collection «les Toquades», éd. First, 9,90 €



Que faire avec
le saumon