

- ✓ *Parmentier de saumon aux poireaux*
- ✓ *Crème café et son carpaccio d'Agrumes*

Parmentier de Saumon aux poireaux

Ingrédients pour 8 personnes :

- ✓ 1kg de saumon
- ✓ 800g de pommes de terre
- ✓ 1 citron
- ✓ 1.5kg de poireaux
- ✓ 400 ml de Crème Fraîche
- ✓ Lait demi-écrémé
- ✓ Sel, poivre, ail, curry



Préparation :

- Cuire le poisson à l'eau pendant 10 minutes puis l'émietter.
- Ajouter le citron pressé, l'ail et rectifier l'assaisonnement.
- Cuire les pommes de terre à l'eau ou la vapeur puis les égoutter.
- Ecraser les pommes de terre et ajouter le lait pour obtenir une purée. Rectifier l'assaisonnement.
- Laver puis couper les poireaux en rondelles.
- Les faire cuire à feu doux jusqu'à obtenir une fondue – ajouter la crème fraîche et le curry – rectifier l'assaisonnement.
- Dans un plat allant au four, mettre le saumon puis la fondue de poireaux et recouvrir de purée.
- Mettre au four 30 min



Mes notes :

Crème Café et son carpaccio d'Agrumes



Ingrédients pour 8 personnes :

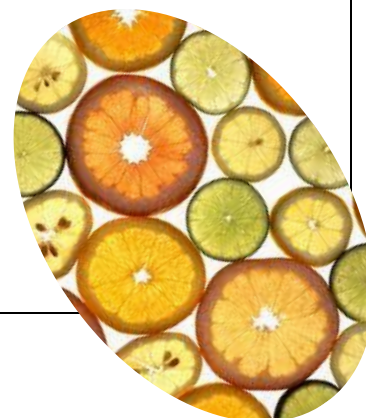
- ✓ 5 œufs
- ✓ 800 ml de lait demi-écrémé
- ✓ 10 cuillères à soupe d'aspartam
- ✓ 3 cuillères à café de café soluble
- ✓ 4 oranges
- ✓ 2 pamplemousses
- ✓ cannelle

Préparation de la crème :

- Mélanger les œufs, le café et l'édulcorant.
- Ajouter le lait chaud progressivement.
- Verser dans 8 ramequins individuels
- Cuire au bain-marie pendant 40minutes - Th 5

Préparation du carpaccio d'agrumes :

- Eplucher les fruits.
- Les couper en fines tranches.
- Disposer les fruits dans une assiette.
- Parsemer de cannelle.



Mes notes :