



Cuisine et
dépendances

Brandade de saumon, sauce au citron



Cette recette est une version allégée de la brandade de morue qui est un plat traditionnellement riche en huile, mais elle est néanmoins très parfumée, grâce aux légumes du court-bouillon réutilisés dans la purée de pommes de terre. On peut servir la brandade nature ou avec une sauce crémeuse au citron.

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 600g de pommes de terre
- 400 g de saumon frais
- 1 pincée de noix de muscade
- sel et poivre en grains

Pour le court-bouillon :

- 1 oignon
- 1 carotte
- 1 bouquet garni
- 10 cl de vin blanc
- sel et poivre

Pour la sauce au citron :

- 2 échalotes
- 1 citron non traité
- 1 cuil à soupe de farine
- 1 verre de bouillon de volaille
- 100 ml de crème de soja

- sel et poivre

Préparation :

Préparer le court-bouillon : placer les carottes et les oignons émincés, ainsi que les aromates dans 1 L d'eau. Laisser frémir durant 10 minutes et verser le vin blanc, le sel et le poivre. Laisser encore cuire à petits bouillons durant une dizaine de minutes. Stopper le feu et laisser tiédir.

Plonger ensuite les pavés de saumon avec leur peau dans le court-bouillon et faire cuire 10 à 15 minutes à feu doux (éviter que l'eau bout). Dès que la peau du saumon commence à se décoller, arrêter la cuisson et égoutter.

Faire cuire les pommes de terre épluchées dans une casserole d'eau salée ou à la vapeur durant une vingtaine de minutes, jusqu'à ce qu'elles soient fondantes. Passer ensuite les pommes de terre au presse purée avec les légumes du court-bouillon égouttés.

Ajouter le saumon écrasé dans la purée et mélanger le tout. Saler et poivrer modérément. Présenter dans des mini-cocottes ou un plat à gratin. Servir chaud.

Pour préparer la sauce : émincer les échalotes, les faire suer dans une petite casserole avec une cuil d'eau durant 5 minutes. Verser en un coup la farine et remuer à la spatule comme pour un roux. Lorsque la farine forme une pâte, verser le bouillon de volaille. Ajouter le zeste et le jus de citron, le sel et le poivre puis fouetter pour homogénéiser le tout. Laisser cuire 5 à 10 minutes sur feu doux en remuant régulièrement jusqu'à ce que le mélange épaississe. verser ensuite la crème de soja, mélanger et réserver au chaud jusqu'au moment de servir.

Le 25 Novembre 2010 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2010/11/25/19650142.html>