

Recette de Fêtes de la Table d'Hôtes



Pavé de Saumon à l'unilatéral au cyrop safrané

Ingrédients (pour 6 personnes): 6 pavés de saumon bien épais avec la peau (200g environ), 10cl de cyrop de reine-claude safrané de la Schaafranière, 10cl de vinaigre de cidre aux pistils de safran de la Schaafranière, 100g de pignons, 300g de roquette, huile d'olive, sel et poivre du moulin.

Faire griller les pignons à sec dans une poêle. Les concasser grossièrement. Les déposer dans une casserole avec 30ml d'huile d'olive et faire tiédir à petit feu.

Mettre un filet d'huile d'olive dans une poêle et la faire chauffer. Une fois l'huile d'olive chaude, déposer les pavés de poisson côté peau et réduire à feu très doux. Saler, poivrer. Surtout ne pas brûler la peau et obtenir une cuisson très progressive du poisson.

Le poisson est cuit lorsqu'il y a un léger exudat au dessus de la peau et que le haut du pavé est cru.

A la fin de la cuisson du poisson, déglacer la poêle avec le cyrop safrané et le vinaigre de cidre aux pistils de safran. Laisser réduire.

Servir votre pave de saumon sur un lit de roquette assaisonné aux vinaigre de cidre aux pistils de safran, parsemé de pignons et agrémenté du jus de la reduction.

Bonne dégustation !



www.la-schaafraniere.fr

Producteur-transformateur bio de Safran, Petits Fruits et Plantes Aromatiques
79450 SAINT AUBIN LE CLOUD