



Blanquette de saumon

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 35 à 45 minutes

Ingrédients :

- 4 pavés de saumon.
- 30 cl de bouillon de légumes.
- 60 g de beurre.
- 3 carottes.
- 1 échalote.
- 2 blancs de poireaux émincés.
- 40 cl de crème liquide.
- 1 cuillère à soupe de farine
- 2 cuillères à soupe de moutarde
- Le jus d'un citron.
- 1 cuillère à soupe de persil.
- Du sel et du poivre, pour l'assaisonnement

Préparation de la recette :

1. Commencez par découper vos pavés de saumon en dés.
2. Épluchez également vos carottes, que vous couperez en fines rondelles. Faites-les cuire pendant **20 minutes** environ à la vapeur, dans une casserole portée à ébullition.
3. Émincez vos blancs de poireaux et faites-les cuire à leur tour pendant 5 minutes, à ébullition également.
4. Faites fondre le tiers du beurre dans une poêle et faites dorer l'échalote, avec les blancs de poireaux émincés, le saumon coupé, et les carottes en rondelles.
5. Faites fondre le reste du beurre dans une casserole où vous ajouterez vos cuillères de farine. Ajoutez le bouillon et mélangez.
6. Incorporez ensuite la crème liquide et la moutarde. Mélangez de nouveau. Parsemez d'une pincée de sel et de poivre, et enfin de persil. Ajoutez votre liquide à votre saumon. Parsemez enfin de jus de citron.
7. Vous pouvez servir votre blanquette, accompagnée de riz !
8. Le tout accompagné d'un Petit Chablis