

# Pavé de saumon – sur lit de poireaux



Poireaux curry, saumon d’Ecosse, herbes, crème

**Ingrédients** – Convives : 2 – Prépa. : 10 min – Poêle : 15 min légume, 8 min saumon



250g pavé  
d’Ecosse



3 blancs de  
poireaux



20cl crème  
semi épaisse



4 càs  
H.d’olive



1 càs de curry



Poivre et sel  
(au goût !)

## Préparation

1. Laver et débiter les poireaux en rondelles de 1cm, garder un peu de vert. Rincer, égoutter.
2. Rincer les pavés de saumon, égoutter. Réserver.
3. Huiler une poêle et faire cuire le saumon 5 min coté peau, avec couvercle.
4. Retourner le saumon et enlever la peau. Cuire 3 min avec couvercle. Réserver.
5. Faire fondre les poireaux dans la poêle, avec couvercle, à feu moyen 2\*5 min, en remuant.
6. Au bout de 10 min, saler, poivrer, ajouter le curry. Mélanger, cuire 5 min de plus.
7. Poser le saumon sur les poireaux. Option : Rajouter ¼ de verre de vin blanc sec.
8. Verser la crème sur le tout. Couvrir.
9. Laisser réchauffer le tout jusqu’au service.

\* \* \* 17 janvier 2023 \* \* \*