

PAVES DE SAUMON EN CROÛTE D'AIL DES OURS

Recette offerte par Françoise Lorient – 4 personnes

Ingrédients :

4 pavés de saumon

- Pour la croûte d'ail des ours :
 - 20 feuilles d'ail des ours
 - 60 g de chapelure
 - 1 C. à soupe bombée de parmesan
 - 60 g de beurre tendre pommade
 - 1 citron jaune
 - Sel – poivre

Préparation :

Mixer les feuilles d'ail avec le beurre, la chapelure, le parmesan, le sel et le poivre.

Étaler la pâte obtenue entre deux feuilles de papier cuisson et passer le rouleau à pâtisserie afin de bien l'étaler.

Réserver 1 heure au réfrigérateur ou 15 min au congélateur.

Préchauffer le four à 210°.

Ranger les pavés de saumon dans un plat huilé et les recouvrir avec la croûte d'herbe durcie.

Enfourner 10-12 minutes.

Au sortir du four, resaler et poivrer un peu, et mettre un zeste de citron.

Servir aussitôt, accompagner de pommes de terre vapeur ou d'un riz complet.

