

ESCALOPE DE SAUMON AU SANCERRE

Mai 2005 (Révisé en juin 2017)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 720 g d'escalopes de saumon (4 pièces)
- ★ 2 échalotes
- ★ 25 cl de Sancerre blanc
- ★ 3 tomates
- ★ 10 cl de crème liquide
- ★ 60 g de beurre (40 + 20)
- ★ 6 branches d'estragon
- ★ Pluches de cerfeuil
- ★ 1 cuillère à café de baies roses
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Poêle, 2 casseroles, Chinois

Préparation : 15 mn

Cuisson : 20 mn

Difficulté : Facile

Coût indicatif : 14,70 € (soit 3,68 par personne)



Recette :

Peler les échalotes et les hacher finement. Peler et épépiner les tomates, les concasser. Ciseler finement 4 branches d'estragon. Rincer les escalopes de poisson, les égoutter et les sécher sur du papier absorbant.

Dans une petite casserole, faire fondre 20 g de beurre, ajouter les échalotes hachées et faire suer 2 minutes à feu doux. Ajouter le Sancerre, l'estragon ciselé, les tomates concassées; saler, poivrer, bien mélanger. Laisser réduire 8 minutes à feu moyen.

Pendant ce temps, faire colorer dans une poêle avec 40 g de beurre les escalopes de saumon 3 minutes par face, saler, poivrer et réserver au chaud (dans du papier aluminium). Passer la sauce au chinois en écrasant bien pour extraire le maximum d'arômes et de liquide, ajouter la crème, rectifier l'assaisonnement et remettre à chauffer à frémissement durant 4 minutes. Dans chaque assiette, déposer une escalope de saumon, napper de sauce au Sancerre, décorer avec des pluches de cerfeuil, des baies roses et de l'estragon. Accompagner d'un riz blanc.

 L'**escalope de saumon** se coupe parallèlement au filet, alors que la darne se coupe perpendiculairement.

Boisson :

Un Sancerre blanc servi à 10°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.