



Pavés de saumon et ses légumes sauce boursin

LA CUISINE DE BOOMY



Pour 4 pers / 4 spl

15 spl pour la totalité de la sauce

- 4 pavés de saumon
- 500 gr de pommes de terres
- 300 gr courgettes surgelés
- 1 échalote
- 3 carottes
- 1 cube de bouillon de volaille
- 500 ml d'eau
- 1 cs d'huile d'olive
- sel, poivre
- 70 gr boursin cuisine ail et fines herbes
- 10 ml de crème liquide à 15 % de mg

Eplucher les carottes, les couper en fines rondelles et les placer dans le panier du cuit vapeur. Ajouter les courgettes non décongelées.

Eplucher les pommes de terre, les couper en petits cubes et les placer dans le panier inox.

Eplucher l'échalote, la mettre dans le bol et mixer 10s, vit 6. Rajouter l'huile d'olive et faire revenir 1min, 80°, vit2. Rajouter l'eau dans le bol, le bouillon cube, sel et poivre et mettre le panier inox dans le bol.

Placer les pavés de saumon dans le plateau vapeur et poser le sur le cuit vapeur. Clipser le cuit vapeur sur le bol et programmer 25 min, 120°, vit 2.

A la sonnerie ôter le cuit vapeur et le panier inox.

Vider le bol en prenant soin de prélever 65 ml du bouillon ainsi que les échalotes. Mettre la crème et le boursin dans le bol, ainsi que le bouillon prélevé et les échalotes et mixer quelques secondes sur turbo, ensuite faire chauffer 2min, 80°, vit 2.

Servir le saumon accompagné de légumes, pommes de terre et nappé de sauce au boursin.