Blanquette de saumon aux poireaux (Cookeo)

La cuisine de Bonny

Gourmandises & Légèreté

Pour 4 personnes / 2 points par personne

Ingrédients:

- 4 pavés de saumon
- 2 blancs de poireaux
- 10 gr de beurre à 41 % de mg
- 4 cs de crème liquide à 12 % de mg
- 1 cube de bouillon de volaille
- 1 cc de moutarde
- 1 cs de farine
- sel, poivre

La recette

- Couper le saumon en cubes et émincer les blancs de poireaux.
- Mettre le beurre dans la cuve et le faire fondre en mode dorer. Ajouter le poireau et faire cuire 5 minutes tout en remuant. Ajouter le saumon et poursuivre la cuisson 5 minutes. Saupoudrer de farine, ajouter le bouillon cube émietté et mélanger délicatement.
- Dans un bol mélanger la moutarde à la crème et verser le tout dans la cuve, saler poivrer .
- Lancer une cuisson en mode mijoter (couvercle ouvert) 15 minutes. (La sauce doit avoir épaissie).
- Servir bien chaud.