



Pavé de Saumon, Légumes d'Automne, Cannelé Epicé et Sauce au Vin Fin

Recette Bruno Passion cuisine du 03/12/2012

A l'approche des fêtes, je vous propose cette semaine cette recette que j'ai créée en octobre pour un concours de cuisine de la région dont l'ingrédient imposé était un pavé de saumon. Certes un peu longue mais assez simple à réaliser et pour un budget qui reste raisonnable cette assiette sera parfaite pour un repas festif.

Ingrédients pour 6 personnes :

- > 6 pavés de saumon (avec la peau)

Pour la sauce au vin fin

- > 50gr de carotte
- > 50gr de fenouil
- > 30gr de céleri branche
- > 1 gousse d'ail
- > 200gr de champignon de Paris
- > 6dl de vin rouge
- > 3dl de verjus
- > 1CàS de concentré de tomate
- > Mignonnet de de poivre
- > Parures de poissons
- > 1 BG
- > 30gr de beurre

Pour les légumes d'automne

- > 1 courge butternut
- > 5 panais
- > 1 beau chou vert
- > Beurre
- > Huile d'olive

Pour le riz croquant

- > 1 verre de riz
- > Huile de friture

Pour les cannelés épicés

- > 50gr de chorizo Ibérico
- > 50gr de gruyère
- > 25cl de lait
- > 30 g de beurre
- > 1 oeuf + 1 jaune
- > 50 g de farine
- > Piment d'Espelette
- > Sel et poivre

Préparation :

Commencer par le fond de sauce : dans une casserole faire flamber et réduire le vin rouge. Réserver.

Eplucher et tailler en mirepoix les légumes de la sauce au vin fin. Faire fondre le beurre et ajouter les légumes, l'ail et le bouquet garni, assaisonner. Laisser cuire 10mn. Ajouter les parures de poissons et faire revenir 5mn. Ajouter la mignonette et le concentré de tomate. Mouiller avec le vin rouge réduit et le verjus. Cuire 20mn, filtrer au chinois et faire réduire doucement jusqu'à une consistance sirupeuse et épaisse. Réserver.

Préparer le chou : faire bouillir une grande casserole d'eau. Parer les feuilles de chou en enlevant la côte centrale. Tailler en fine lamelles. Saler l'eau bouillante et plonger le chou 2mn dans l'eau bouillante. Egoutter et réserver.

Préparer les cannelés : préchauffer le four à 210°C. Verser le lait dans une casserole, ajouter le beurre et faire bouillir. Dans un saladier, battre l'œuf, assaisonner, incorporer la farine. Verser le lait en plusieurs fois et mélanger. Passer le tout au mixeur pour obtenir une pâte lisse. Couper le chorizo en très petits cubes et râper le fromage. Les ajouter à la pâte et finir par une pointe de

Bruno Passion Cuisine

Site : www.brunopassioncuisine.fr

E-mail : brunopassioncuisine@free.fr

Tél : 06 26 72 60 01



Bruno Passion Cuisine

Cuisinier & Coach Culinaire



piment d'Espelette. Verser la pâte dans les moules à cannelés et faire cuire 25 à 30 minutes. Démouler et réserver.

Préparer les légumes : tailler des rondelles de 1cm d'épaisseur dans la courge à l'aide d'un emporte pièce. Eplucher les panais, les couper en 4, enlever le cœur et tourner les morceaux pour leur donner une forme uniforme. Déposer les légumes dans un plat allant au four, saler et sucrer légèrement puis arroser d'un filet d'huile d'olive. Enfourner à 160°C. Vérifier la cuisson à l'aide de la pointe d'un couteau. Réserver dans le four chaud éteint, couvert d'un aluminium pour éviter de dessécher les légumes.

Préparer le riz croquant : faire bouillir une casserole d'eau salée et cuire le riz. L'égoutter puis le sécher au maximum dans du papier absorbant. Faire chauffer de l'huile de friture et faire frire le riz jusqu'à ce qu'il ait une couleur blonde. Egoutter, placer sur un papier absorbant et réserver.

Finaliser les préparations : dans une casserole, faire fondre le beurre et ajouter le chou. Le faire revenir puis continuer à le faire cuire doucement à couvert environ 5mn. Attention, le chou doit rester croquant.

Glisser les cannelés dans le four tiède pour les réchauffer.

Pendant ce temps, chauffer un poêle avec un filet d'huile d'olive. Déposer les pavés de saumon côté peau et cuire 4 à 5 mn pour avoir une peau bien croustillante puis retourner. Continuer la cuisson 1mn puis retirer la poêle du feu et continuer ainsi la cuisson du pavé qui doit rester légèrement translucide à cœur.

Pendant ce temps, remonter la sauce en température et la monter au beurre.

Dressage :

Verser la sauce dans le fond de l'assiette. A l'aide d'un emporte pièce déposer le chou et presser. Saupoudrer de riz frit. Déposer par-dessus des palets de courges et des panais. Le long de cet assemblage déposer le pavé et le cannelé.

Bruno Passion Cuisine

Site : www.brunopassioncuisine.fr

E-mail : brunopassioncuisine@free.fr

Tél : 06 26 72 60 01