

Le pavé de saumon, comme au resto "Le Bargue"

Ingrédients

3 pavés de saumon pour 4 personnes
400ml de purée de tomate
4 gousses d'ail
mélange 5 baies et sel
20cl de crème fraîche
2 cuillères de fécule de maïs
huile d'olive
court bouillon de poisson + eau

Faites revenir les pavés de saumon dans de l'huile d'olive chaude, environ 3 minutes de chaque côté. Attention à ne pas trop le cuire. Les retirer de la poêle sans retirer l'huile au goût de poisson.

A feu doux faites y chauffer la pulpe de tomate et la crème fraîche (gardez en un peu). Assaisonnez avec du mélange 5 baies et du sel.

Ajoutez un peu d'eau avec un court bouillon de poisson et le mélange de la fécule avec le reste de crème. Ajoutez 2 gousses d'ail écrasées et laissez cuire doucement 15 minutes.

Finissez de cuire les pavés de saumon dans cette sauce et au dernier moment ajoutez encore 2 gousses d'ail écrasées (quand l'ail n'est pas cuit il est plus fort).

Surveillez la cuisson des pavés pour que le saumon soit à peine cuit au moment de servir.