

Blanquette de saumon

Temps de préparation : 5 min
Temps de cuisson : 20+15+3 min

Ingrédients :

- 1 sachet de riz cuisson
 - 1 tablette "Bouillon aux légumes méditerranéens"
 - 650 g de pavé de saumon
 - des champignons de Paris frais ou surgelés (ou en boîte)
- Pour la sauce:**
- 200 ml de bouillon de cuisson
 - 200 ml de vin blanc
 - 20 g de beurre
 - 50 g de farine
 - 200 ml de crème fleurette
 - sel fin de Guérande
 - poivre 5 baies du moulin



Dans le bol, verser 800 g d'eau, ajouter la tablette de bouillon. Placer le panier inox, poser le sachet cuisson. Cuire le riz 20 min/120°C/vit 2.

Réserver le riz dans un plat de réchauffage MO.

Conserver le jus de cuisson (je profite qu'il soit chaud pour cuire mon saumon, par de perte de temps et d'énergie). Compléter si besoin d'eau jusqu'au dessus des couteaux. Dans le panier inox, placer les dés de saumon (env.2cm/2cm) et les champignons frais ou surgelés. Cuire à la vapeur 15 min/120°C/vit 2.






Réserver le saumon et les champignons dans un autre plat ou au centre du riz.

Confectionner la sauce.

Conserver 200 ml de jus de cuisson, ajouter la farine, le beurre et le vin blanc. Mélanger 3 min/100°C/vit 3.

Ajouter la crème et mélanger 30 sec/vit 4.

Verser sur le saumon et les champignons, réchauffer le tout si besoin.

Accessoire(s)	Ingrédient(s)				TURBO/PETRIN
Pour le riz :					
	Eau, bouillon, riz	20 min	120°C	2	
Pour le saumon :					
	Bouillon, riz, dés de saumon, champignons	15 min	120°C	2	
Pour la sauce :					
	Jus de cuisson, farine, beurre, vin blanc	3 min	100°C	3	
	Crème	30 sec		4	

Ma touche perso :