

Paupiettes aux 2 saumons aux légumes méditerranéens

Temps de préparation: 27 min
Temps de cuisson: 25 min

INGRÉDIENTS

Pour la cuisson du menu complet

- 1200 g d'eau 1 bouillon aux légumes méditerranéens Knorr®
- 300 g de riz de Carmargue
- 200 g de courgettes
- 200 g d'aubergines
- 250 g de trio de poivrons(surgelés)
- 6 pavés de saumon
- 1/2 pot de Boursin® Cuisine
- 6 tranches de saumon fumé
- 6 tranches de citron

Pour la sauce à la crème et Boursin® cuisine

- 450 g de bouillon de cuisson
- 50 g de vin blanc Terrassous®
- 100 g de crème fraîche épaisse entière
- 50 g de farine T45
- 1/2 pot de Boursin® Cuisine
- jus du 1/2 citron
- 1/2 c.à café de sel fin de Guérande
- 6 tours de moulin à poivre 5 baies

Pour une jolie présentation à l'assiette

- 6 petits brins de thym frais



Autour
de ma
table
by Cachou66

Paupiettes aux 2 saumons aux légumes méditerranéens

Temps de préparation: 27 min
Temps de cuisson: 25 min

PRÉPARATION

POUR LA CUISSON DU MENU COMPLET

Verser l'eau et le bouillon dans le bol. Placer le panier inox, ajouter le riz.

Fixer le cuit-vapeur sur le bol, mettre les courgettes et les aubergines non épluchées détaillées en julienne à la mandoline, puis le trio de poivrons en lanières (surgelé pour ma part).

Tartiner les pavés de saumon avec le Boursin® Cuisine. Poser du saumon fumé et une rondelle de citron dessus. Placer les pavés sur le plateau vapeur.

Cuire l'ensemble **20 minutes - 120°C - vitesse 2**.

Réserver le riz, les légumes dans un plat de service ainsi que les paupiettes aux 2 saumons.

Conserver le bouillon de cuisson pour réaliser la sauce.

POUR LA SAUCE À LA CRÈME ET BOURSIN® CUISINE





Verser le jus de cuisson. Ajouter le vin blanc, la crème épaisse, la farine, le Boursin® Cuisine, le sel fin de Guérande, le poivre 5 baies et le jus du 1/2 citron restant.

Cuire **2 minutes 30 - 100°C - vitesse 3**. (sans verre doseur)

Placer le verre doseur dans l'orifice. Lisser la sauce par **2 tours - fonction TURBO**.

POUR UNE JOLIE PRESENTATION A L'ASSIETTE :

Dresser une paupiette aux 2 saumons sur l'assiette, mouler le riz dans un moule Flexipan® en tassant et les légumes dans le verre doseur du i-Cook'in®, disposer un petit brin de thym frais sur les légumes et dresser un peu de sauce.

Accessoire(s)	Ingrédient(s)				TURBO/PETRIN
Pour le menu complet					
	Tous les ingrédients : menu	20 min	120°C	2	
Pour la sauce					
	Ingrédients sauce	2 min30	100°C	3	
	Lisser	2T			turbo