



# Les Délices de Mimm

*Des recettes simples pour toutes les occasions  
Mà devise : Vite, beau et bon !*



## Petits gratins de la mer



### INGREDIENTS : 6 personnes

400 gr de cœur de saumon  
400 gr de cœur d'églefin (ou de cabillaud)  
2 tranches de saumon fumé  
150 gr de chair d'écrevisses  
200 ml de vin blanc sec  
Une vingtaine de scampi crus  
100 ml de crème légère  
150 gr d'Emmental râpé  
2 échalotes  
2 carottes  
2 càs d'huile d'olive  
1 càc de fond de poisson en poudre

### PREPARATION :

Eplucher et hacher finement les échalotes. Eplucher les carottes et les détailler en très petits dés.

Couper le saumon et l'églefin en morceaux. Décortiquer les scampi.

Faire blondir les échalotes dans l'huile d'olive, ajouter les dés de carottes et laisser cuire doucement une dizaine de minutes. Ajouter les morceaux de poissons, les scampis. Faire revenir quelques instants à feu moyen, ajouter le vin blanc et la crème. Laisser mijoter pendant environ un quart d'heure.

Répartir dans des raviers, saupoudrer de fromage râpé et faire gratiner quelques instants. Servir avec du riz.

**Les Délices de Mimm**

<http://www.delicesdemimm.com/>