

Saumon de fontaine poêlé, émincé d'endives à la Fourme d'Ambert – Recette fromage



Catégorie
Plat



Personnes
4 personnes



Temps préparation
30 minutes



Temps de cuisson
15 minutes

Ingrédients

4 filets de saumon de fontaine
1 kg d'endives
2 carottes
1 cuillère à soupe de thym
1 cuillère à soupe de sucre roux
2 cuillères à soupe d'huile de tournesol
1 citron non traité

Pour la sauce:

300 g de [Fourme d'Ambert](#)
1 échalotte
1 verre de vin blanc sec
1 cuillère à café de fumet de poisson
30 cl de crème liquide
sel et poivre

Préparation

Lavez, épluchez et râpez les carottes. Lavez, épluchez et émincez les endives. Dans une poêle anti-adhésive, faites revenir les endives saupoudrées de sucre et les carottes râpées à découvert pendant 10 minutes en remuant régulièrement, ajoutez le thym, le sel et le poivre.

Réservez au chaud. Épluchez et ciselez les échalotes. Faites chauffer les échalotes dans une casserole avec le vin blanc et la fourme d'Ambert et laissez réduire d'un tiers 5 minutes en remuant.

Ajoutez la crème et le fumet de poisson, laissez réduire à nouveau 5 minutes, salez, poivrez. Réservez au chaud. Prélevez une louche de sauce et versez-la sur les endives, incorporez délicatement.

Faites poêler les filets de poisson 2 minutes de chaque côté dans 2 cuillères à soupe d'huile de tournesol, salez et poivrez. Déposez-les sur un papier absorbant.

Prélevez les zestes du citron.

Dressez les endives sur le centre de l'assiette, posez les filets de poisson, arrosez de sauce et décorez avec les zestes de citron.

Servez sans attendre.

Une recette de Marc Labourel.