

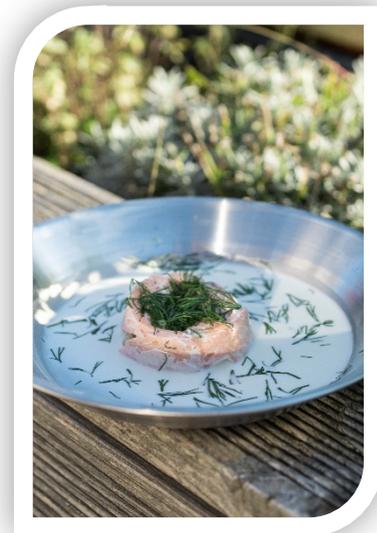


Sauvage, Naturel & Durable

Terrine de saumon sauvage d'Alaska de la cafetière Bialetti

Ingrédients pour 1 portion :

1 tige d'ortie
1 bouquet d'aneth
80 g de saumon sauvage d'Alaska
½ bulbe de fenouil
150 g de crème fouettée
Sel
Huile à badigeonner



Préparation :

1. Dévisser la Bialetti (cafetière espresso) et remplir le réservoir d'eau jusqu'à la moitié de la quantité affichée. Prélever les feuilles d'ortie et les brins d'aneth et les ajouter à l'eau (ou d'autres herbes selon le goût).
2. Graisser le tamis à café de la Bialetti avec de l'huile. Laver le saumon, le couper en fines lamelles et le placer en cercle dans le tamis. Nettoyer le fenouil et le couper également en fines lamelles, puis le déposer sur le poisson. Insérer le tamis dans le réservoir d'eau.
3. Visser la Bialetti comme d'habitude et verser la crème dans le récipient supérieur. Saler légèrement.
4. Mettre la Bialetti sur feu très doux et laisser mijoter pendant 5 à 7 minutes.
5. Dévisser le tout. Servir la terrine de saumon sauvage saupoudrée d'herbes hachées si nécessaire.

Temps de préparation/travail : environ 20 minutes

Valeurs nutritionnelles :

Énergie : 650 kcal/ 2730 kJ

Protéines : 21 g

Matières grasses : 60 g

Glucides : 3 g

Alaska Seafood Marketing Institute
Contact : mk² gmbh, Oxfordstraße 24,
D-53111 Bonn, Tél. : +49 (0)228/943 787 - 0,
e-mail : akseafoodceu@alaskaseafood.org
Crédit photo : Alaska Seafood
Reproduction gratuite
Deux exemplaires justificatifs demandés