

Salade de saumon, pommes de terre nouvelle, sauce au concombre et à l'aneth

Les ingrédients pour 4 personnes :

Pour la salade :

700 g de filet de saumon (écaillé et sans les arêtes mais avec la peau)

1 citron

600 g de pommes de terres nouvelles brossées

1 petit bouquet de menthe

1 petit bouquet d'aneth + quelques pluches pour le service)

1 noix de beurre

Huile d'olive

Sel et poivre du moulin

Pour la sauce au concombre :

1 concombre

2 citrons

4 c à s bombées de yaourt grec

huile d'olive

Découper un grand carré d'aluminium et mettre le saumon au centre, peau contre l'aluminium. Mettre sel, poivre, 1 noix de beurre, un filet d'huile d'olive et un peu de jus de citron. Refermer le carré d'aluminium pour faire une papillote bien hermétique et la poser sur une plaque à four. Cuire 12 mn exactement à four préchauffé à 180°. Sortir la papillote du four et laisser le saumon refroidir dedans.

Pendant ce temps mettre à cuire les pommes de terre nouvelles dans une casserole d'eau bouillante salée. Prendre les bouquets d'aneth et menthe dans une main et arracher 5 cm de feuilles du haut. Les réserver et mettre les tiges dans l'eau de cuisson des pommes de terre. Le temps de cuisson des pommes de terre dépend de leur grosseur et de leur "jeunesse". Plus elles sont nouvelles plus elles cuiront rapidement. Compte environ 8 à 10 mn. Une fois cuites les égoutter et les remettre dans la casserole après avoir retiré les tiges de menthe et aneth. Si elles sont petites les laisser entières autrement les écraser ou les couper en 2 ou en 4 avec les doigts. Les placer dans les assiettes ou dans un plat. Les assaisonner avec sel, poivre et un bon trait de jus de citron.

Préparer la sauce en versant dans un bol un filet d'huile d'olive avec sel et poivre. Ciseler les feuilles de menthe et aneth réservées et râper le concombre, puis les ajouter dans le saladier. Prélever le zeste d'1 citron, le réserver et presser le jus du citron. Ajouter le jus dans le saladier avec le yaourt grec. Assaisonner généreusement et mélanger.

Quand le saumon a refroidi séparer la chair en morceaux et les poser sur les pommes de terre après avoir retiré la peau et les éventuelles arêtes. Verser la sauce au concombre sur le tout. Assaisonner avec une pincée de poivre et de sel, un peu de zeste de citron finement râpé et un peu de jus du 2 ième citron. Parsemer d'aneth et servir.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>