

SAUMON A L'OSEILLE " SANS OSEILLE "



Et oui, un petit plat pour moi assez traditionnel mais qui, comme souvent avec moi, demande à être modifié (toujours quelque chose " pour pas le faire ! ")

J'expliquais donc en déjeunant avec des collègues ce midi, qu'il devenait de plus en plus difficile pour un citadin de trouver de l'oseille ! ☹

Soit il est hors de prix, soit il n'y en a pas !

Et pourtant, une soupe à l'oseille, n'est-ce pas un de ces plaisirs si simple de la vie d'un gourmand ?

Donc comment faire quand on veut se faire un saumon à l'oseille " sans oseille " ? et bien en la remplaçant par des pousses d'épinard...

Cette idée aussi sotte que grenue m'est venue il y a quelques temps et finalement " ça le fait " !

cette réduction de vin blanc présente une acidité qui compense finalement pas mal l'absence de l'ingrédient de base, je ne prétend pas que " c'est pareil ", mais finalement suffisamment sympathique pour le refaire de temps à autre...

Voilà donc le déroulé de ce petit plat qui m'a permis également de réconcilier une de mes filles avec le poisson (et elle n'aime pas les épinards ;-)

Je sent que je vais m'attirer les foudres des bretons, normands et autres vrais connaisseurs de cet univers si bon et en même temps si mystérieux pour moi qu'est celui du poisson, mais bon, voilà comment un citadin traite ce type de produit !

Je hache menu au couteau une échalote et la fait fondre dans un peu d'huile d'olive, J'ajoute ensuite 20 cl de vin blanc, deux cuillères à café de fond de poisson déshydraté (Nan, pas la tête....) et laisse réduire de moitié à feu doux



Pour ne pas perdre mon temps, je profite de cet intermède pour laver 25g de pousses d'épinards (et oui, pour une fois je les ai pesés...) et les équeuter (il suffit de les plier en deux, le dos face à soi et de tirer sur la queue, plus long à expliquer qu'à faire)



Je jette ensuite mes épinards dans ma petite casserole, les laisse fondre quelques minutes



Il suffit alors d'ajouter un demi berlingot de crème (comment peut-on vivre sans crème ?) et laisser sa sauce prendre consistance

J'en profite pour faire cuire ma tranche de saumon dans une grande poêle avec un peu de beurre (faut ce qu'il faut, non ?)

Il ne reste alors qu'à dresser votre saumon dans votre assiette, le napper de votre sauce que vous aurez mixée au robot marie (celui qui as un pied mixer) ou au blender et présenter avec un peu de riz,



(C) <http://legone.canalblog.com>