



Saumon grillé béarnaise ou dijonnaise ou encore choron et röstis

Saumon grillé et assortiments de sauces (pour 4 personnes)

- 4 tranches de saumon de 200gr
- Sel et poivre du moulin
- Cresson

Sauce Mousseline :

- 5 jaunes d'œufs
- 500 gr de beurre clarifié
- Sel et poivre blanc moulu
- (1 citron)

Sauce Béarnaise :

- 3 échalotes
- 1 branche d'estragon
- 5 cl de vinaigre de vin
- 5 cl de vin blanc sec

Sauce Choron :

- 2 càs de fondue de tomates fraîches

Sauce Dijonnaise :

- 1 à 2 càs de moutarde de Dijon

1/Grillez les pavés de saumon

2/Servez avec une des sauces, un bouquet de cresson et des röstis.



Sauce Mousseline :

1/ Dans une sauteuse faites mousser à froid les jaunes d'œufs avec 1 càs d'eau froide.

2/ lorsque le mélange mousse, amenez-le sur une source de chaleur douce tout en fouettant en « 8 ».

3/ Vous devez cuire les œufs en sabayon ferme sans grumeaux. Lorsque les œufs sont à consistance, incorporez progressivement le beurre clarifié. Assaisonnez de sel et de poivre blanc moulu.

- Si vous ajoutez un filet de jus de citron ce sera une sauce hollandaise.
- Ajoutez de la moutarde suivant votre goût à votre sauce mousseline pour obtenir de la sauce dijonnaise

Sauce béarnaise :

1/ Epluchez et hachez finement les échalotes

2/Lavez et ciselez les feuilles d'estragon.

3/ Mettez-les dans une casserole avec le vinaigre, le vin blanc, le sel et le poivre et faites réduire des 2/3 environ sur feu doux, jusqu'à ce que les échalotes soient confites sans colorer. Retirez du feu et laissez refroidir.

4/Incorporez ce mélange à la mousseline suivant votre goût.

- Incorporez la fondue de tomates à la Béarnaise et vous obtiendrez de la sauce Choron

Röstis (pour 4 personnes)

- 4 pommes de terre bintje
- 1càs de farine
- 1 càs d'huile de tournesol
- 2 oeufs
- 1 oignon
- Sel et poivre du moulin



1/ Épluchez les pommes de terre et l'oignon. Puis râpez-les.

2/Pressez la préparation entre les mains pour retirer le maximum de jus.

Rajoutez les œufs et la farine pour donner plus de consistance. Salez et poivrez.

3/Dans une grande poêle, faites chauffer une cuillère d'huile. À l'aide d'une grande cuillère, disposez la préparation dans la poêle en l'aplatissant pour obtenir des galettes. Retournez de temps en temps les galettes afin d'avoir une cuisson parfaite.

4/Sortez-les de la poêle lorsqu'elles sont « bronzées » et encore moelleuses au cœur. Ajoutez une pincée de sel et servez.

Regardez la préparation en vidéo : http://www.rtb.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/actualites/article_saumon-grille-bearnaise-ou-dijonnaise-ou-encore-choron-et-rostis?id=9101229&emissionId=5931