



Tourte au saumon et colin en papillote

Tourte au saumon (pour 6 personnes)

- 1 kg de filets de saumon frais
- 2 pâtes feuilletées
- 1 salade verte
- 250 g de pousses d'épinards
- 3 échalotes émincées
- 70 g de beurre
- 1 jaune d'oeuf
- 3 oeufs entiers
- 50 g de raisins de Corinthe
- 1 doigt de gingembre frais
- 1/2 citron
- 1 botte de coriandre
- 30 cl de crème fraîche
- Huile d'olive
- Vinaigre de vin
- Sel et poivre du moulin

1/ Préchauffez le four à 210°C.

2/ Foncez un plat à tarte avec la pâte feuilletée.

3/ Taillez le saumon en lanières épaisses. Assaisonnez de sel et poivre et disposez-le sur le fond de tarte.

4/ Dans une sauteuse, faites fondre les échalotes dans le beurre.

5/ Ajoutez la crème, râpez le gingembre, le jus d'un demi citron. Ajoutez ensuite les pousses d'épinards lavées et séchées et laissez cuire pendant 4 à 5 min.

6/ Sortez de la source de chaleur, ajoutez les raisins et les 3 oeufs en battant vivement. Terminez avec la coriandre hachée.

7/ Versez l'appareil sur le saumon et recouvrez le tout de la seconde pâte. Veillez à bien fermer les bords, faites une cheminée et badigeonnez la tourte avec un jaune d'oeuf battu dans un peu d'eau.

8/ Enfournez pendant 40 min à 210°C.

9/ Lorsque c'est cuit, sortez du four et servez tiède avec une salade verte vinaigrette.



Colin en papillote (pour 4 personnes)

- 4 filets de colin
- 200 g de racines de persil
- 1 oignon
- 1 échalote
- 20 cl de crème
- 1 càc de pistils de safran
- 1 botte de persil plat
- Huile d'olive
- Sel et poivre du moulin

1/ Préchauffez votre four à 200°C.

2/ Pelez et émincez l'oignon et l'échalote. Faites-les revenir dans un filet d'huile d'olive.

3/ Lavez, grattez et émincez les racines de persil et ajoutez-les ensuite dans la poêle. Salez, poivrez et safranez.

4/ Ajoutez la crème fraîche et laissez cuire pendant 3 min.

5/ Coupez 4 papillotes en papier gras. Répartissez les légumes et déposez les filets de poisson par-dessus. Fermez la papillote et enfournez à 200°C pendant environ 10 min.

6/ Accompagnez avec du riz blanc cuit.

Regardez la préparation en vidéo : http://www.rtb.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/actualites/article_tourte-au-saumon-et-colin-en-papillote?id=8422440&emissionId=5931