

saumon au fenouil

*peut être fait
avec de la
truite*

POUR 4 PERSONNES

450 g de filets de saumon
bien préparés

le jus de 1 citron + le zeste

1 bulbe de fenouil émincé

la mie de 2 tranches de pain

3 c. à s. d'aneth ciselé

350 g de pâte feuilletée

4 tranches de jambon de Parme

1 jaune d'œuf

sel, poivre du moulin

[préparation : 30 min / cuisson : 50 min / repos : 5 min]

1 Préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Arrosez les filets de saumon de jus de citron. Mixez finement le fenouil et la mie de pain, puis mélangez-les à l'aneth et aux zestes de citron. Salez et poivrez.

2 Étalez la pâte feuilletée en une bande de 25 cm de long sur 5 cm de large et coupez-la en deux. - *?! largeur du filet*

3 Déposez la moitié de la pâte sur une plaque à four garnie d'une feuille de papier sulfurisé. Recouvrez-la de 2 tranches de jambon en réservant une marge de pâte sur les bords. Étalez le mélange à base d'aneth sur le jambon puis déposez les filets de saumon.

Recouvrez de 2 tranches de jambon puis du reste de pâte feuilletée. Soudez les bords de pâte en les pressant l'un contre l'autre du bout de vos doigts légèrement mouillés. De la pointe d'un couteau, dessinez des encoches sur les côtés de ce pâté.

4 Pour obtenir une croûte bien dorée, battez le jaune d'œuf avec 1 c. à s. d'eau et badigeonnez-en le pâté.

5 Placez la plaque au four à mi-hauteur. Après 20 min de cuisson, abaissez la température à 180 °C (th. 6) et poursuivez la cuisson pendant 30 min. Sortez le pâté du four et laissez-le reposer pendant 5 min avant de le découper. Servez ce saumon en croûte parsemé d'aneth et accompagné de quelques bouquets de mâche.

1 belle tranche de jambon suffit -

CONSEIL MALIN Ce menu est idéal pour un jour de fête et peut se préparer plusieurs heures à l'avance. Dans ce cas, badigeonnez-le à l'œuf et mettez-le à cuire au dernier moment. Vous pouvez remplacer le saumon par de la truite. Si vous préférez un jambon moins salé, choisissez le jambon de San Daniele, découpé en fines tranches.