

LE SAUMON A L'ÉCHALOTE ET A LA MOUTARDE DE CHRISTINE

POUR 2 GOURMANDS

Eplucher l'échalote et la couper en petites rondelles

Dans une casserole, verser un filet d'huile d'olive et faire revenir l'échalote jusqu'à ce qu'elle devienne transparente. Ajouter le vin, le thym et faire réduire alors avec le rosé en laissant mijoter (petits bouillons).

Verser la crème et la moutarde. Laisser chauffer doucement.

Dans une poêle, verser un filet d'huile d'olive et faire cuire quelques minutes le poisson sur les deux faces.

Sur les assiettes, napper les filets de crème et servir avec des légumes.

- 2 pavés de saumon ou truite saumonée
- 1 c à s de moutarde
- 10 cl de crème fraîche
- 1 échalote
- 5 cl de vin rosé
- 1/2 c à c de thym
- Huile d'olive
- Poivre