

plat

FILETS DE SAUMON À LA CRÈME DE POIVRONS

POUR 4 PERSONNES

Préparation : 20 min - Cuisson : 30 min

INGRÉDIENTS :

- 4 filets de saumon sans peau
- 2 poivrons rouges
- 20 cl de crème fraîche
- 1 verre de vin blanc
- sel, poivre et aneth

>>> Enveloppez les poivrons dans du papier alu et faites-les cuire au four 20 minutes. > Retirez la peau et les graines des poivrons. > Coupez les poivrons en lanières, gardez-en pour la déco. > Mixez le reste avec la crème, salez et poivrez, ajoutez le verre de vin blanc et laissez chauffer à feu moyen 3 minutes. > Faites cuire les filets de saumon dans une poêle 2/3 minutes de chaque côté. > Dans chaque assiette, nappez avec la sauce puis décorez avec les lanières de poivron et l'aneth.

