



## DARNES DE SAUMON SUR UN LIT DE POIREAUX AUX TOMATES

PRÉPARATION ET TEMPS DE CUISSON : 25 MIN.

### INGRÉDIENTS

- 2 gros poireaux tranchés, lavés et séchés
- 4 tomates en grappe, sans leur centre et entaillées en croix sur le dessous de chacune d'elles
- 100 g de champignons de Paris
- 2 cuillerées à soupe de jus de citron
- 2 cuillerées à soupe de beurre
- 150 g de bouillon de légumes
- 4 filets de saumon sans peau, ~ 180 g chacun, désarêté
- 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- Fines herbes, par ex. persil, ciboulette, estragon, etc. comme garniture
- Sel et poivre noir fraîchement moulu

### PRÉPARATION

1. Blanchissez les poireaux à l'eau bouillante et salée dans la casserole iCook™ d'un litre pendant 2 à 3 minutes jusqu'à ce qu'ils deviennent tendres. Retirez-les de l'eau à l'aide d'une écumoire et mettez-les dans un bol d'eau glacée.
2. Plongez les tomates dans l'eau bouillante pendant 10 à 15 minutes. Retirez-les de l'eau à l'aide d'une écumoire et mettez-les dans le bol d'eau glacée.
3. Laissez les tomates refroidir avant de les peler, les épépiner et les couper en dés. Nettoyez et émincez les champignons, puis versez immédiatement le jus de citron dessus.
4. Chauffez le beurre et le bouillon de légumes dans la Sauteuse Senior iCook™ à feu moyen-doux. Ajoutez les poireaux et réchauffez doucement.
5. Assaisonnez les filets de saumon de sel et de poivre. Réchauffez l'huile d'olive dans une poêle à feu moyen et faites revenir le saumon pendant 3 à 4 minutes environ de chaque côté jusqu'à ce qu'il soit ferme au toucher et opaque.
6. Ajoutez les tomates en dés et les champignons émincés aux poireaux, réchauffez quelques minutes et assaisonnez. Servez le saumon et les légumes dans des bols chauds et garnissez d'herbes.