



Saumon grillé et duo de sauces



Saumon grillé et duo de sauces aux asperges

Appareil Gaggenau : teppan yaki

Température : 200 °C

Préparation : 45 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients pour la sauce :

20 asperges blanches

20 asperges vertes

2 l d'eau

40 g de beurre

1/2 citron

Sel

1 pincée de sucre

6 cuillères à soupe de crème fraîche

Poivre blanc

Ingrédients pour la salade :

100 g de frisée

6 cuillères à soupe de vinaigrette

aux herbes

Ingrédients pour le poisson :

4 pavés de saumon de 80 g

Sel

Poivre noir

Farine

1,5 cuillère à soupe de margarine

Préparation : Eplucher les asperges blanches. Couper l'extrémité des tiges des asperges vertes, et si nécessaire les éplucher. Faire bouillir l'eau additionnée de beurre, de jus de citron, de sel et du sucre. Y faire cuire d'abord les asperges blanches, puis les vertes. Veillez à ce qu'elles restent fermes. Après cuisson, les plonger dans de l'eau glacée. Couper toutes les pointes des asperges blanches, ainsi que les plus belles pointes de 12 asperges vertes. Réduire les asperges blanches restantes en purée à l'aide du mixer, passer au tamis et mélanger avec 3 cuillères à soupe de crème fraîche. Saler et poivrer. Faire de même avec les asperges vertes. Réserver les 2 sauces au frais.

Préchauffer le teppan yaki à 200 °C.

Nettoyer la salade et l'assaisonner avec la moitié de la vinaigrette. Verser le reste de vinaigrette sur les pointes d'asperges. Saler et poivrer les pavés de saumon. Les fariner légèrement. Chauffer la margarine sur le teppan yaki et saisir les pavés de saumon pendant **2 minutes** de chaque côté. Mettre un peu des 2 sauces sur chaque assiette, un pavé de saumon au centre, et décorer avec la salade frisée et les pointes d'asperges vinaigrées. Verser le reste des sauces dans des coupelles et servir aussitôt.

Astuce : le four combi-vapeur est idéal pour la cuisson des asperges. Placer les asperges dans le plat non perforé, rajouter un petit verre d'eau, quelques noisettes de beurre, un peu de jus de citron, du sel et du sucre. Cuire dans le four combi-vapeur préchauffé à **100 °C** et 100% d'humidité.