

25 Fiches cookeo fin d'année PDF gratuit



Moulinex

Saumon sauce asperge blanche

Ingédients 4 personnes

4 Pavés de saumon
1.5 Oignon blanc pelé et haché
2 càc Miel liquide (ou sirop d'érable)
30 g Pain de seigle (ou autre)
20 cl Crème liquide
300 g Asperges blanches cuites (conserves)
10 cl Eau
3 càs Huile végétale pour cuisson
10 Gouttes de Tabasco © (option)
Sel, poivre

Préparation

Enlever la peau du poisson
Hacher l'oignon

Mode dorer

Verser l'huile.
Colorer le saumon sur une face. Retirer. Ajouter oignon et asperges. Gratter les sucs.
Ajouter les autres ingrédients. Remettre le saumon dessus. Saler, poivrer.

Cuisson sous pression ou cuisson rapide .3 mn

Retirer le saumon. Mixer la sauce et servir.



Vous pouvez télécharger gratuitement le PDF en cliquant sur l'image. Ces fiches ont été déjà publiées sur la page facebook <https://www.facebook.com/cookeorecettes/>