

# Saumon poché et sa sauce à l'aneth

Du saumon cuit à l'étouffée avec une délicieuse sauce veloutée à base d'aneth, c'est la femme du second Président des États-Unis qui aurait donné naissance à la tradition qui est de déguster ce plat à chaque anniversaire de l'Indépendance des USA. Mais partout où l'on trouve des rivières pleines de saumon, personne n'attend le 4 juillet!!!...

Préparation : 20 mn

Cuisson : 25 mn

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 4 tranches de saumon fumé de 250 g chacun
- 1/2 l de fumet de poisson
- 1 oignon finement haché
- 1 carotte moyenne, taillée en macédoine
- 3 petits bouquets de persil
- 2 tranches de citron
- 250 ml de vin blanc

Préparation :

Mettez dans une marmite basse l'oignon, la carotte, le persil, le vin blanc et le fumet de poisson.

Portez à ébullition et faites bouillir à feu vif pendant 2 mn, environ.

Baissez le feu et disposez-y délicatement les tranches de saumon.

Couvrez et laissez cuire à feu modéré durant 10 mn.

Retirez du feu.

Pendant ce temps, faites fondre le beurre dans une casserole.

Ajoutez la farine et faites cuire à feu doux en mélangeant constamment, et ce pendant 2 mn.

Incorporez à ce roux une tasse du jus de cuisson du saumon.

Portez à légère ébullition 3 mn tout en remuant, puis baissez le feu.

Dans un bol, incorporez le jaune d'oeuf et la crème fraîche de façon à obtenir une composition homogène.

Ajoutez une petite quantité de ce composé au roux, toujours en mélangeant.

Réchauffez-le dans une casserole.

Rectifiez l'assaisonnement et ajoutez l'aneth.

Retirez du feu.

A l'aide d'une spatule à poisson, mettez le saumon sur du papier absorbant.

Disposez-les ensuite sur un plat chaud, nappez-les de sauces et servez aussitôt.

Par pipoulie pour :

Marmiton

*Par*

**Publié sur Cafeduweb - Archives le dimanche 7 avril 2002**

Consultable en ligne : <http://archives.cafeduweb.com/lire/1566-saumon-poche-sa-sauce-a-l039aneth.html>