

Ingrédients

8 coques pour vol-auvent

400 g de filet de saumon (MSC)

1 échalote

400 g de céleri-branche avec les fanes poireaux

1 c.s. de beurre à rôtir

1 c.c. de sel

un peu de poivre

1½ dl de vin blanc

2 dl de crème

Par personne: lipides 54g, protéines 25g, glucides 27g, 2985 kJ (713 kcal)



Passer les **coques** au four selon les indications sur l'emballage. Tailler le **saumon** en petits dés, hacher finement l'**échalote**.



Emincer à la mandoline le **céleri- branche** en tranches d'env. 3 mm
d'épaisseur. Bien chauffer le **beur- re à rôtir** dans une poêle antiadhésive. Faire sauter les dés de saumon env. 2 min en remuant.
Retirer, faire revenir l'échalote et le céleri env. 3 min sur feu moyen, saler, poivrer.



Mouiller avec le vin, porter à ébullition, baisser le feu, laisser mijoter env. 5 min à couvert. Fouetter légèrement la crème, incorporer. Ajouter le poisson, le temps de bien chauffer. Verser la garniture dans les vol-au-vent.