

Pavé de saumon rôti au beurre citronné et Soleil d'Or

Soleil d'Or apporte la touche finale parfaite à ce pavé de saumon rôti : pétales dorés qui contrastent avec la chair nacrée du poisson. Ici les saveurs sont simples et nettes — citron vif, beurre noisette et une pointe d'échalote — tandis que la texture joue sur l'onctuosité du beurre et le croquant léger des bords du saumon. Cette recette, pensée pour un dîner convivial, se prépare rapidement et se sert en toute élégance dès la sortie de la poêle. En disposant délicatement les pétales au dernier moment, vous obtenez une assiette lumineuse, parfumée et très photogénique, idéale pour recevoir sans passer la soirée en cuisine.

P
PERSONNES
4

T
PRÉPARATION
20 min

C
CUISSON
15 min

D
DIFFICULTÉ
Facile

Ingrédients

- 4 pavés de saumon (140-180 g chacun), peau retirée si vous préférez
- Sel et poivre du moulin
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 40 g de beurre demi-sel
- 1 échalote finement ciselée
- Le zeste et le jus d'un citron
- 1 cuillère à soupe de câpres (facultatif)
- 1 cuillère à soupe de persil plat ciselé
- Soleil d'Or - fleurs comestibles, 1 à 2 pincées pour le service
- Quartiers de citron pour accompagner

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Soleil d'Or - Fleurs comestibles



Scanner pour voir le produit

Préparation

Sortez les pavés de saumon 10 minutes avant cuisson pour qu'ils soient à température ambiante; assaisonnez légèrement de sel et de poivre.

Chauffez une grande poêle sur feu moyen-vif avec l'huile d'olive. Égouttez et séchez les pavés avec du papier absorbant pour favoriser une belle saisie.

Posez les pavés dans la poêle chaude et laissez cuire sans les bouger 3 à 4 minutes, jusqu'à ce que les bords deviennent opaques et dorés.

Retournez les pavés et poursuivez la cuisson 2 à 3 minutes selon l'épaisseur pour une cuisson rosée à cœur. Retirez les pavés et réservez sur une assiette tiède.

Dans la même poêle, baissez le feu à moyen et ajoutez le beurre. Laissez-le fondre et colorer légèrement pour obtenir une belle note noisette.

Ajoutez l'échalote ciselée et faites-la suer 1 minute sans colorer, puis incorporez le zeste et le jus de citron. Laissez réduire 1 minute pour lier la sauce.

Nappez le saumon avec cette sauce, parsemez de câpres et de persil ciselé. Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre si nécessaire.

Au moment de servir, saupoudrez très légèrement chaque pavé d'1/2 pincée à 1 pincée de Soleil d'Or - fleurs comestibles, en répartissant les pétales pour un rendu naturel.

Servez immédiatement avec des quartiers de citron et un accompagnement léger (salade de jeunes pousses ou pommes de terre vapeur).

Le conseil des Épices Curieuses

Ajoutez les fleurs toujours en dernier et par petites touffes pour un effet naturel; chauffez la poêle suffisamment pour saisir sans brûler le poisson; préparez la sauce pendant la cuisson du saumon pour gagner du temps.

