

Saumon au épices libanaises et fenouil confit

2 morceaux de saumon

2 fenouils

Huile d'olive

1 citron

Epices libanaises

Huile d'olive d'excellente qualité

Gomasio



Étapes

- Passer les fenouils sous l'eau, essuyer, couper les trognons et les plumets puis les ciseler très finement à la mandoline
- Étaler les rondelles de fenouil dans un cuit vapeur et les cuire durant 15 minutes.
- Une fois cuits, les étaler sur un grand plat, arroser du jus de citron
- Ajouter les épices libanaises.
- Arroser le tout d'huile d'olive, mélanger avec les mains bien propres. Filmer le plat et le placer au frigo pour plusieurs heures
- Avant la dégustation, sortir le plat puis cuire à nouveau le fenouil dans un filet d'huile dans une cocotte à couvert jusqu'à ce qu'il soit bien tendre.
- Mettre un léger filet d'huile dans une poêle faire griller le saumon, selon les goûts.
- Présenter une portion de fenouil, avec un morceau de saumon.
- Ajouter des épices libanaises sur le saumon. Saupoudrer le tout de gomasio
- Déguster aussitôt

Fait bouillir la marmite
Cuisine
de Gut

