

Photo d’illustration fournie

FICHE RECETTE • PLAT PRINCIPAL

Feuilleté de saumon et poireaux

Crème citronnée à l’aneth

Une croûte dorée et croustillante, un saumon tendre et une généreuse fondue de poireaux. La moutarde à l’ancienne, le citron et l’aneth donnent du relief à cette création, à partager autour d’une table conviviale.

Ingrédients pour 4

- **500 g** de pâte feuilletée pur beurre (2 rectangles de 25 × 32 cm)
- **600 g** de saumon cru, sans peau ni arêtes (épaisseur 2,5 à 3 cm)
- **600 g** de poireaux nettoyés, blancs et verts tendres
- **1 échalote** (environ 40 g)
- **100 g** de crème entière épaisse
- **20 g** de beurre
- **15 g** de moutarde à l’ancienne
- **½ citron non traité** : zeste et 10 ml de jus (2 c. à café)
- **6 g** d’aneth frais ciselé
- **15 g** de chapelure fine nature
- **1 œuf** pour la dorure
- **15 ml** d’eau (bords et dorure)
- **½ c. à café** de sel (environ 3 g), à ajuster ; **4 tours** de poivre
- **40 g** de jeunes pousses lavées et essorées (service, facultatif)

Informations pratiques

Portions	4 personnes
Préparation	35 min actives
Cuisson	20 min à la poêle + 35 à 40 min au four
Attentes	25 min de refroidissement + 15 min au frais + 5 min de repos final
Total estimé	2 h 10 à 2 h 15[1]
Difficulté	Intermédiaire
Coût / saison	Assez élevé Automne et hiver

Matériel : grande poêle, plat large, 2 plaques, papier cuisson, pinceau, couteau à dents et sonde.

[1] Poisson préparé et four préchauffé pendant les attentes. Refroidissement à prolonger si nécessaire.

Préparation

1. **Préparez.** Lavez et égouttez les poireaux ; émincez-les en demi-rondelles de 3 à 4 mm. Ciselez l’échalote. Prélevez le zeste du demi-citron et 10 ml de jus. Gardez poisson et pâtes au frais.
2. **Faites fondre.** Dans le beurre, faites suer l’échalote 3 min à feu doux. Ajoutez les poireaux et les deux tiers du sel. Couvrez 12 min à feu doux à moyen, en remuant. Découvrez 3 min à feu moyen pour évaporer l’eau.
3. **Liez et refroidissez.** Ajoutez crème, moutarde et moitié du poivre ; réduisez 2 min, sans liquide résiduel. Hors du feu, ajoutez zeste, jus et aneth. Étalez dans un plat large : 5 min pour laisser fuir la vapeur, puis environ 20 min au réfrigérateur, jusqu’à refroidissement complet.
4. **Préparez le poisson.** Pendant ce temps, ôtez les éventuelles arêtes, épongez le saumon, salez et poivrez avec le reste. Formez un rectangle d’environ 20 × 10 cm, sans superposer les morceaux. Remettez au frais.
5. **Montez.** Posez une pâte sur du papier cuisson, sur une plaque froide. Au centre, étalez la chapelure, posez le saumon puis toute la fondue froide. Gardez au moins 3 cm de bord libre. Humidifiez les bords, couvrez avec l’autre pâte, chassez l’air et soudez à la fourchette.
6. **Raffermissez.** Réfrigérez 15 min. Préchauffez pendant ce temps le four à **200 °C, chaleur statique** (voûte et sole), avec une seconde plaque dans le tiers inférieur.
7. **Dorez.** Battez l’œuf avec 1 c. à café de l’eau prévue. Badigeonnez le dessus, sans couler sur la tranche des bords. Tracez un décor superficiel puis faites trois ouvertures de 1 cm pour évacuer la vapeur.
8. **Cuisez.** Glissez prudemment le feuilleté et son papier sur la plaque chaude. Cuisez **35 à 40 min**, en vérifiant dès 30 min : pâte dorée et fond cuit, saumon à **63 °C à cœur** (sonde par une ouverture). Prolongez si besoin ; protégez le dessus d’aluminium s’il colore trop.
9. **Servez.** Laissez reposer 5 min sur une grille, sans couvrir. Découpez quatre parts au couteau à dents. Servez chaud, avec les jeunes pousses facultatives à côté.

Conseils & alternatives

Feuilleté de saumon et poireaux • Crème citronnée à l’aneth

Accompagnements

- Le feuilleté constitue déjà un plat complet. Une garniture légère suffit.
- **Chicons et pomme :** leur croquant et leur fraîcheur équilibrent la crème.
- **Carottes rôties :** en petite portion, pour prolonger la douceur des poireaux.
- **Jeunes pousses :** une option simple qui laisse le feuilleté au premier plan.

Vins & boissons

- **Blanc sec, vif et peu boisé :** sa fraîcheur répond au citron et à la pâte au beurre. Recherchez, par exemple, un chardonnay belge de ce profil.
- **Bière blanche belge :** légère et peu amère, avec des notes d’agrumes, elle accompagne délicatement le poisson.
- **Sans alcool :** eau pétillante et fine rondelle de citron, pour rafraîchir sans sucrer.
- Accords proposés, sans cuvée précise ni tradition revendiquée.

Dressage

- Présentez la coupe vers le convive sur une assiette claire légèrement tiédie. Déposez les jeunes pousses à côté pour préserver le fond croustillant. Servez après les 5 min de repos.

Variantes

- **Truite saumonée :** remplacez le saumon par 600 g de filets sans peau ni arêtes. S’ils sont plus fins, contrôlez dès 25 min : 63 °C à cœur et pâte cuite. Le goût est plus délicat.
- **Ciboulette :** remplacez les 6 g d’aneth par 6 g de ciboulette ciselée, ajoutée hors du feu. Même cuisson ; une note plus douce et légèrement alliacée.

Astuces

- **Humidité :** réduisez les poireaux jusqu’à disparition du jus. La chapelure ne compense pas une fondue trop liquide.
- **Pâte souple ou collante :** remettez-la 10 min au frais avant de poursuivre le montage ; ajoutez ce délai au temps total.
- **Cuisson uniforme :** choisissez un morceau de poisson régulier et ne superposez pas les pavés.
- **Organisation :** la fondue peut être préparée la veille, refroidie rapidement, couverte et gardée à 4 °C maximum, à utiliser sous 24 h. Montez le jour même.

Produits à privilégier

- Poireaux et échalotes de maraîchers hainuyers ; beurre, crème et œufs de producteurs locaux, selon disponibilité. Pâte pur beurre de boulanger possible. Vérifiez la provenance du saumon avec votre poissonnier.

Conservation

- Refroidissez rapidement les restes en portions, dans un récipient peu profond. Réfrigérez **avant 2 h**, à **4 °C maximum**, puis gardez-les couverts. Consommez **sous 48 h maximum**.
- Réchauffez une seule fois les portions nécessaires à **160 °C, chaleur statique**, environ **20 à 25 min**, jusqu’à **74 °C à cœur**. Protégez le dessus si besoin. Durée à adapter à l’épaisseur ; le croustillant sera moins marqué.

À propos de cette recette. Création proposée pour HTDG. Temps estimés selon le four, l’épaisseur du poisson et l’humidité des légumes. Repères : FoodSafety.gov (cuisson et réchauffage), AFSCA (conservation), Apaq-W (saisons). Références complètes dans le texte joint.