



DUO DE POIREAUX ET DE SAUMON

INGRÉDIENTS

- 1 poireau
- 10 petits champignons de paris frais
- 1 échalote
- 4 c-à-s d'huile d'olive
- 8 tranches de saumon fumé
- 4 œufs
- 2 c-à-s de crème fraîche
- Estragon.

PRÉPARATION

Faire fondre à feu moyen le poireau (lavé et émincé) avec l'huile d'olive et l'échalote (émincée).

Prendre 4 petites coupes ou 4 ramequins et en tapisserie fond avec du saumon fumé

Émincer le reste du saumon fumé dans un saladier, ajouter ensuite les champignons (lavés et moulus grossièrement), saler, poivrez et parsemer d'estragon.

Bien mélanger pour en faire une farce bien homogène.

Battre les œufs en omelette, saler, poivrer, y ajouter la crème fraîche, la farce et le mélange poireau/échalotes.

Mélanger de façon à avoir un mélange bien réparti et homogène.

Remplir les coupes avec le flan au poireau/saumon.

Mettre ¼ heure au four.

Possibilité d'améliorer en y ajoutant quelques crevettes.

TEMPS DE PRÉPARATION : 30MN

TEMPS DE CUISSON : 25MN

TEMPS TOTAL : 55MN