

Saumon grillé à la crème de lentilles et à l'andouille



Pour 4 personnes :

4 beaux pavés de saumon sans peau

12 tranches d'andouille de 1 cm d'épaisseur

250 g de lentilles vertes

1 bouquet garni

20 cl de crème liquide

Sel, poivre et 1 CC de moutarde

- Mettre les lentilles et le bouquet garni dans une casserole et les recouvrir d'eau froide. Porter à ébullition et laisser cuire 20 min, à petits frémissements. Saler en fin de cuisson et égoutter le tout, en gardant 20 cl de jus de cuisson.
- Verser la moitié des lentilles dans une casserole, avec le jus réservé, la crème liquide, du sel et du poivre. Laisser frémir 10 min environ. Ajouter la moutarde et mixer très finement la préparation.
- Réchauffer le reste des lentilles dans cette sauce.
- Dans une poêle, faire griller les tranches d'andouille, sans matière grasse, jusqu'à obtenir une texture croustillante. Réserver.
- Faire griller les pavés de saumon, dans la même poêle, pendant 3 min, de chaque côté. Saler modérément et poivrer au goût.
- Répartir les lentilles à la crème, dans une belle assiette, poser un pavé de saumon par-dessus et répartir harmonieusement, 3 chips d'andouille sur l'assiette. Servir aussitôt.

Sandra