



SAUMON À L'ÉRABLE ET AUX ÉPICES À STEAK, MAYO HOLLANDAISE EXPRESS

Du saumon tendre, une petite touche sucrée d'érable, des épices qui ont du caractère et une mayo hollandaise bien crémeuse... un mélange de saveurs qui transforme un simple filet de saumon en véritable festin!



35 MIN
PRÉPARATION



FACILE
À RÉALISER



4
PORTIONS
ENVIRON



Ingrédients

Pour le saumon

- 1 filet de saumon avec la peau, d'environ 675 g (1 ½ lb)
- 1 c. à soupe de sirop d'érable
- 1 c. à thé d'épices à steak
- 1 citron, coupé en quartiers (facultatif)

Mayo hollandaise express

- 2 c. à soupe d'eau
- 2 jaunes d'œufs
- 4 c. à thé de moutarde de Dijon
- ½ tasse de beurre, fondu et bien chaud
- Sel et poivre, au goût

Pour accompagner

Riz au jasmin ou basmati, au choix
Légumes verts au choix : brocoli, asperges, haricots verts ou pois mange-tout



Préparation

- 1 Préchauffer le four à 400 °F (200 °C) et placer la grille au centre. Recouvrir une plaque de cuisson de papier parchemin ou de papier d'aluminium.
- 2 Déposer le filet de saumon sur la plaque, côté peau vers le bas. À l'aide d'un pinceau, badigeonner généreusement le saumon de sirop d'érable. Saupoudrer les épices à steak sur toute la surface. Pas besoin d'en mettre une tonne, on veut goûter le saumon aussi!
- 3 Enfourner pendant environ 15 à 20 minutes, selon l'épaisseur du filet, jusqu'à ce que le saumon soit cuit à votre goût. Pour une cuisson complète, viser une température interne de 145 °F (63 °C).
- 4 Pour une belle surface légèrement caramélisée, terminer la cuisson sous le gril (broil) pendant 2 à 3 minutes, en surveillant attentivement. Avec le sirop d'érable, ça peut passer de doré à brûlé assez vite!

La mayo hollandaise express

- 1 Dans le récipient d'un mélangeur, déposer l'eau, les jaunes d'œufs et la moutarde de Dijon.
- 2 Mélanger quelques secondes pour bien incorporer les ingrédients.
- 3 Pendant que le mélangeur fonctionne, verser tranquillement le beurre fondu bien chaud, en un mince filet.
- 4 Continuer de mélanger jusqu'à obtenir une sauce lisse, épaisse et bien crémeuse.
- 5 Saler et poivrer au goût.
- 6 Servir immédiatement. La sauce doit être préparée juste avant le service.



*Des histoire qui se savourent, des
parfums qui se racontent.*