



Saumon grillé, vinaigrette au citron, purée relevée aux herbes et asperges vertes

 **Temps de préparation**
30 min à 1h

 **Difficulté**
Moyenne



Ingrédients

1 kilogramme de pommes de terre (farineuses)
2 décilitres de lait
1 bouquet de persil plat (ciselé)
1 bouquet ciboulette (ciselée)
1 cuillerée à thé de moutarde
4 filets de saumon
huile d'olive
1 kilogramme d'asperges vertes
1 noisette de beurre
1 petit bocal de crème aigre
2 citrons (le zeste râpé)
1 citron (le jus)
1 bouquet d'aneth
sel et poivre

Méthode de préparation

- 1.** Épluchez les pommes de terre et faites-les cuire dans de l'eau légèrement salée. Égouttez. Ajoutez le lait et écrasez-les au presse-purée. Salez, poivrez et parsemez de persil plat, de ciboulette et de moutarde. Réservez la purée au chaud.
- 2.** Badigeonnez les filets de saumon d'huile d'olive. Salez et poivrez. Faites-les cuire dans une poêle à griller ou à l'air-fryer jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés et encore légèrement tendres sous la pression du doigt.
- 3.** Coupez le bas des asperges vertes. Faites-les cuire dans une grande poêle avec un peu de beurre. Salez et poivrez.
- 4.** Mélangez la crème épaisse, le zeste de citron, le jus de citron, l'aneth, le sel et le poivre. Arrosez les filets de saumon de vinaigrette.



5. Accompagnez-les de purée aux herbes et d'asperges vertes