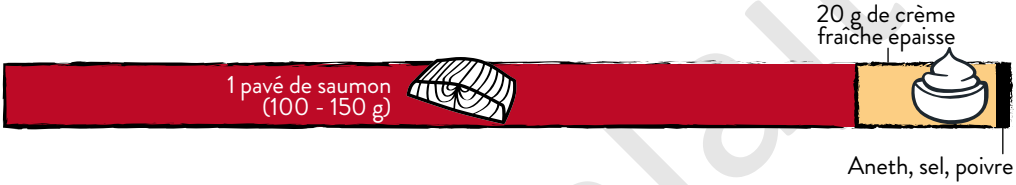


PAPILLOTE DE SAUMON A L'ANETH

Pour 1 pavé de saumon



#boitalait

Technique	Justifications
1. **Préchauffer le four à 180°C** (th. 6)	Démarrage de la cuisson à haute température pour permettre la coagulation des protéines de surface et la conservation des sucs
2. Placer le **pavé de saumon sur un papier sulfurisé**	
3. **Ajouter la crème fraîche** sur le pavé	
4. **Ajouter l'aneth** puis **assaisonner** avec le sel et poivre	
5. Refermer la papillote	
6. Faire cuire **15 min. au four**	Dénaturation progressive des protéines. Digestibilité améliorée
7. Servir chaud **dans la papillote**	



PAPILLOTE DE SAUMON A L'ANETH

Définition

Le pavé de saumon aromatisé à l'aneth est cuit dans une papillote au four. C'est une cuisson **par concentration**. Les sucs sont conservés au cœur du pavé par la barrière formée lors de la coagulation rapide des protéines de surface.

Rappels et conditions de réussite

- Veillez à **ne pas surcuire** le poisson pour éviter une texture désagréable en bouche.
- La papillote sera **ouverte par le convive**.

#hôpitalait

Utilisation

