

# SAUMON GRAVLAX, ASPERGES, SAUCE AU LIERRE TERRESTRE ET POIS CHICHES GRILLÉS



## Ingrédients pour 3 personnes

Ingrédient	Quantité
de saumon frais	500 gr ( un ou deux pavés)
de gros sel	3 càs
de sucre fin	2 càs
Lierre terrestre (fraîchement ciselées)	25 gr
de poivre	10 gr (concassé)
Asperges blanches	3
asperges vertes	6
fromage philadelphia	1 ravier
de lierre terrestre	5 grosses poignées
pois chiches	18
d'huile d'olive	3 càs (extra vierge)
sel, poivre, piment d'espelette	1 càc
feuilles de lierre terrestre	9
Fleurs de capucine	3
Fleurs de bourrache	3

## Préparation

- Pour le saumon (à faire entre 24h et 36h à l'avance): - Retirer les arêtes éventuelles du saumon avec une pince à épiler. - Essuyer le saumon avec du papier absorbant. - L'enduire avec le mélange sel, sucre, poivre et les 25 gr de lierre terrestre ciselé. - Mettre le poisson dans un plat style passoire pour laisser le jus s'échapper (le poisson ne doit pas stagner dans son jus). - Ce plat doit pouvoir se mettre dans un autre plat qui recevra le jus. Le tout doit être filmé. Poser un poids lourd sur le saumon (style

boite de conserves) et laisser mariner au frigo entre 24 et 36h. - Le jour J , rincer le saumon et le découper en dés pour la présentation.

---

2. Pour les asperges: - Cuire les asperges dans de l'eau bouillante salée pendant 15 à 20 min pour les garder croquantes. - Les laisser refroidir et les couper en petits tronçons avec le fond plat et le dessus en biais pour le plus bel effet dans l'assiette (voir photo). Pour la sauce au lierre terrestre: - Faire un jus avec le lierre terrestre. Pour ce faire, passer les 5 grosses poignées de lierre terrestre à l'extracteur de jus ou au jazz max. - Fouetter le Philadelphia ou tout autre fromage frais de ce type et y incorporer le jus de lierre terrestre. - Assaisonner avec du sel, du poivre et un peu d'huile d'olive.

---

3. Pour la sauce au lierre terrestre: - Faire un jus avec le lierre terrestre. Pour ce faire, passer les 5 grosses poignées de lierre terrestre à l'extracteur de jus ou au jazz max. - Fouetter le Philadelphia ou tout autre fromage frais de ce type et y incorporer le jus de lierre terrestre. - Assaisonner avec du sel, du poivre et un peu d'huile d'olive.

---

4. Pour les pois chiches: - Bien rincer les pois chiches préalablement cuit (ou en conserve - Les sécher avec un essuie-tout et les enduire d'huile épicee avec sel, poivre, piment d'Espelette et lierre terrestre séché (facultatif). - Disposer sur une plaque de cuisson et enfourner à 180° 10 à 15 min, en terminant les 5 dernières minutes en fonction grill pour un rendu croquant.

---

5. Pour le dressage: - Déposer 3 feuilles de lierre terrestre dans l'assiette - Disposer les dés de saumon et d'asperges en quinconce. - Intercaler quelques points de sauce ci et là. - Garnir avec une fleur de bourrache et une fleur de capucine défaite en pétales. - Terminer par ajouter les pois chiches croquants dans l'assiette.

---

6. Ce plat peut s'accompagner d'une ou deux quenelles de glace au lierre terrestre ainsi que d'une boisson pétillante au lierre terrestre (voir recettes annexes). Fraîcheur assurée!