

# CRÈME FOUETTÉE AU SAUMON FUMÉ



**Saumon fumé**  
6 tranches



**Aneth**  
1 botte



**Crème liquide**  
33 cl



**Citrons bio**  
x 2



**Préparation : 10 min**

- Coupez le **saumon** en petits dés. Lavez et hachez l'**aneth**, montez la **crème** en chantilly avec un fouet électrique dans un bol bien froid.
- Ajoutez le **saumon**, l'**aneth**, les zestes râpés et le jus des **citrons** dans la **crème** et dressez dans des ramequins.



# PENNE AUX ROUGETS



**Huile d'olive**  
4 cuil. à soupe



**Oignons rouges**  
x 2



**Filets de rouget**  
x 4 (frais ou surgelé)



**Origan séché**  
1 cuil. à soupe



**Penne**  
300 g

 **Sel, poivre**



**Préparation : 15 min**

**Cuisson : 20 min**

- Chauffez l'**huile** dans une poêle, saisissez les **oignons** émincés, laissez roussir 2 min, ajoutez les **rougets** et l'**origan** et poursuivez la cuisson 10 min en remuant.
- Faites cuire les **penne** (*al dente*) dans l'eau bouillante salée, égouttez-les et versez-les dans la poêle avec 2 cuil. à soupe d'eau de cuisson.
- Chauffez en remuant, ajoutez les **rougets**.

