Bisque de saumon au safran et au thym

HIVER NOEL PALEO POISSON

Imprimer

Commenter

Préparation: **5 min**

Ingrédients
Pour 8 amuse-bouches

- 1 poireau (sans le vert foncé)
- 1 gousse d’ail
- 1 carotte
- 1 pomme de terre

- 100g de saumon
- 10 pistils de safran
- 2cs d’eau
- 25-30 cl de bouillon de légumes
- Thym
- Sel

1. Quelques heures avant, faites tremper le safran dans l’eau afin qu’il infuse et libère ses arômes.
2. Faites chauffer le Vitaliseur avec 1/4 d'eau.
3. Lavez et parez les légumes, taillez-les en petits morceaux.
4. Quand l'eau bout, déposez les légumes dans le panier pour 10 minutes de cuisson. Au bout de 6 minutes, ajoutez le saumon sur les légumes et poursuivez la cuisson.
5. Quand tout est cuit, transférez l’ensemble dans un blender, ajoutez 25-30 cl de bouillon de légumes, le safran et son eau de trempage, un peu de thym et du sel.
6. Mixez finement, puis ajoutez un filet de jus de citron, rectifiez l’assaisonnement et servez.

Une bisque ultra rapide et simple à préparer. Elle peut être préparée la veille, servie en amuse-bouche, en entrée ou en plat en rajoutant un peu plus de bouillon et en proposant des croutons de pain de sarrasin. Vous allez être épaté !

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d’asperges au gingembre

Victoria sponge cake aux fraises