

Rillettes de saumon

Difficulté : 

Bio : 

Local : 

Temps : 

Label : 

Fait maison : 

pour 10 convives Adolescents - 56 gr.



Ingrédients

Quantité

- Cubes de saumon atlantique surgelé	0.285 kg
- Crème UHT 35% brut	0.130 litre
- Beurre doux BIO brut	0.050 kg
- Echalote surgelé	0.035 kg
- Jus de citron	0.030 litre
- Moutarde déshydraté	0.014 kg
- Ciboulette surgelé	0.005 kg
- Persil surgelé	0.005 kg
- Aneth brut	0.005 kg
- Fleur de sel de Guérande IGP déshydraté	0.003 kg

Progression de la recette

- Faire réduire la crème avec l'échalote de moitié puis refroidir;
- Mettre le beurre en pommade;
- cuire le saumon 63° et le refroidir;
- Au batteur fouet, mettre tous les ingrédients et mélanger pour obtenir une consistance de rillettes.

Grammage portion (1 pers.) : 56 g

Coût portion (1 pers.) : 0.54 €

Valeurs nutritionnelles :

Protéines : 5.97 g

Lipides : 10.11 g (dont ajoutés : 5.89 g)

Glucides : 1.33 g (dont sucres : 0.47 g)

P / L : 0.59

Energie : 120.17 Kcal

502.32 Kj

Calcium : 14.26 mg

Sel : 539.53 mg

Allergènes :

- Présence : poisson, lait, moutarde, sulfites.

- Trace : gluten, crustacés, oeufs, soja, coque, celeri, sesame, mollusques.