

# Soufflé de saumon à l'oseille

Le saumon à l'oseille est un plat gastronomique français emblématique que le chef Pierre Troisgros a créé en 1962. Et c'est enfin la saison de l'oseille: je viens juste d'en cueillir les premières feuilles dans mon petit potager. Comme j'adore cette association saumon et oseille, j'ai eu envie de revisiter ce plat en le présentant sous forme de soufflé. Voici donc mon Soufflé de saumon à l'oseille!



Soufflé de saumon à l'oseille

## Ingrédients pour 4 personnes

- 30 g de saumon fumé et une petite tranche entière
- 30 g de saumon frais
- environ 100 g de feuille d'oseille. Vous aurez besoin de 40 g de feuilles d'oseille pour le soufflé et 40 g

pour la chiffonnade, feuilles d'oseille dont vous aurez ôter la tige centrale...

- 10 g d'échalote ciselée
- 40 g de parmesan râpé
- 75 g de beurre ( 50 g et 25 g)
- 50 g de farine
- 25 cl de lait
- 4 jaunes d'œuf et 5 blancs
- sel, poivre
- huile d'olive
- vinaigre parfumé au citron

## Préparation

- Ciselez l'échalote.



Ciselez l'échalote

- Coupez le saumon frais et le saumon fumé en petits morceaux (n'oubliez pas de garder une tranche entière de saumon fumé pour le dressage).



Coupez le saumon fumé et le saumon frais en petits morceaux

- Ôtez la tige centrale des feuilles d'oseille et ciselez les feuilles grossièrement. Gardez la moitié des feuilles (40 g) pour la chiffonnade que l'on préparera au dernier moment.



Ôtez la tige centrale des feuilles d'oseille

- Faites revenir l'échalote à la poêle avec un peu de beurre puis rajoutez le saumon frais et le saumon fumé.



Faites revenir l'échalote à la poêle avec un peu de beurre puis rajoutez le saumon frais et le saumon fumé

- Puis ajoutez les feuilles de d'oseille (20 g).



Puis ajoutez les feuilles de d'oseille

- Versez alors le lait et portez à ébullition. A ébullition stoppez le feu et recouvrez la casserole de film alimentaire pour laisser la préparation infuser pendant 15 mn.



A ébullition stoppez le feu  
et recouvrez la casserole de  
film alimentaire

- Puis mixez le tout en ajoutant le parmesan râpé.



Puis mixez le tout en  
ajoutant le parmesan râpé

Pendant ce temps préparer la base du soufflé:

- Faites fondre 50 g de beurre dans une casserole. Ajoutez la farine et laissez cuire 2 mn.





Faites fondre 50 g de beurre dans une casserole



Laissez cuire 2 mn

- Ajoutez alors la préparation mixée (lait, saumon, oseille, parmesan). Mélangez en permanence pour éviter la formation de grumeaux. Laissez cuire toujours en remuant pendant environ 5 mn. La sauce doit avoir la consistance d'une béchamel. Salez et poivrez.



Mélangez en permanence pour éviter la formation de

grumeau

- Laissez refroidir légèrement et ajoutez les jaunes d'œuf un par un à l'aide d'une spatule.



Laissez refroidir légèrement et ajoutez les jaunes d'œuf un par un à l'aide d'une spatule

- Montez alors les blancs en neige.



Montez les blancs d'œuf en neige

- Incorporez délicatement les blancs à l'appareil à soufflé.



Incorporez délicatement les blancs à l'appareil à soufflé

- Versez 20 g de feuilles d'oseille ciselées dans l'appareil à soufflé. Mélangez bien et mettez la préparation dans une poche à douille.



Ajoutez l'oseille



Mettez la préparation dans une poche à douille



- Beurrez les moules à soufflés à l'aide d'un pinceau et remplissez-les aux 3/4 avec la préparation.



Beurrez les moules à soufflés à l'aide d'un pinceau



Remplissez-les aux 3/4 avec la préparation

- Enfournez à 200° pendant 25 mn. Surtout n'ouvrez pas la porte du four avant la fin de la cuisson.



Enfournez les soufflés à 200° pendant 25 mn

## Dressage

- Mélangez le restant ( 40 à 50 g ) des feuilles d'oseille coupées en chiffonnade avec l'huile d'olive et le vinaigre. Salez et poivrez. Puis détaillez la tranche de saumon fumé en lanières de manière à les enrouler sur elles mêmes pour former des petites fleurs.



Mélangez le restant des feuilles d'oseille coupées en chiffonnade avec l'huile d'olive et le vinaigre

- Dressez la chiffonnade d'oseille et une fleur de saumon fumé sur l'assiette.



Dressez la chiffonnade d'oseille et une fleur de saumon fumé sur l'assiette

Quand les soufflés sont prêts disposez-les à côté de la chiffonnade et servez immédiatement: les soufflés ne souffrent pas de retard!



Soufflé de saumon à l'oseille