



## Saumon au four avec épinards

Temps de préparation : 45 minutes

Niveau : moyenne

### Ingrédients pour 4 personnes :

250 g de saumon ASC Escal

400 g d'épinards frais

300 ml de crème fraîche

150 g de fromage frais

Quelques épices pour poisson

1 citron

Concentré de tomates

3 gousses d'ail



### Préparation :

1. Commencer par presser les gousses d'ail et les faire revenir dans une poêle avec les épinards.
2. Pendant ce temps, préparer la sauce dans une autre poêle. Faire mijoter le fromage frais, la crème, le concentré de tomates et les épices jusqu'à ce que la sauce soit onctueuse.
3. Placer ensuite les pavés de saumon décongelés dans un plat. Y verser la sauce et déposer également les épinards. Recouvrir de tranches de citron et arroser le saumon avec le reste du citron.
4. Enfourner à 120 degrés à chaleur tournante pendant environ 15 minutes. Le mieux est d'utiliser un thermomètre, la température à cœur doit être de 53 degrés.

Bon appétit !