*Poissons*

# Brochettes de saumon aux agrumes

| 35 min | 30 min | 5 min | 0 | 491 |
|---|---|---|---|---|
| TEMPS TOTAL | PRÉPARATION | CUISSON | REPOS | CALORIES |

Ingrédients
pour 4 personnes

**Ingrédients pour les brochettes**

- 4 **Pavé(s) de saumon**
- 1 **Pamplemousse**
- 3 **Orange(s)**
- 8 **Tomate(s) cerise**

**Ingrédients pour la sauce**

- 1 **Echalote(s)**
- 20 g **Sucre semoule**
- 1 dl **Vin blanc**
- 1 dl **Crème liquide (fleurette)**
- 100 g **Beurre**

**Étape 1**

## Préparation des brochettes

1. Parer, laver et couper chaque pavé de saumon en 4 ou 5 morceaux réguliers à l'aide d'un couteau filet de sole. Réserver.
2. Zester les oranges et les pamplemousses à l'aide d'un zesteur.
3. Peler les oranges et les pamplemousses à vif puis prélever suffisamment de segments pour garnir les brochettes.
4. Prélever le jus des agrumes à l'aide d'un presse-agrumes, réserver dans un bol.
5. Porter une casserole d'eau à ébullition, plonger les zestes pendant 1 minute pour les blanchir.
6. Eplucher et ciseler l'échalote à l'aide d'un couteau éminceur.
7. Verser le jus des agrumes, le sucre, le vin blanc et l'échalote dans une casserole.
8. Porter à ébullition puis faire réduire de moitié.
9. Ajouter la crème et porter de nouveau à ébullition.
10. Hors du feu, monter la sauce au beurre à l'aide d'un fouet. Réserver au chaud.

11 L'idéal est de maintenir la sauce au chaud dans un bain-marie.

**Étape 2**

## Montage et cuisson des brochettes

1 Préchauffer le four à 220°C (Th.7-8).

2 Monter les brochettes selon l'envie en alternant morceaux d'agrumes et de saumon.

3 Terminer par une tomate cerise à chaque extrémité.

4 Déposer les brochettes sur une plaque tapissée de papier sulfurisé et enfourner pendant 5 minutes.

5 Les brochettes doivent être légèrement rosées.

**Étape 3**

## Dressage

1 Disposer les brochettes dans des assiettes de dressage.

2 Verser le beurre d'agrumes à côté ou sur les brochettes.

3 Décorer avec les zestes blanchis et servir.