

Terrine de saumon

(pour 4 personnes)

Ingrédients :

200g séré demi gras
150g saumon fumé coupé en morceau grossier
180g yaourt nature entier
2 feuilles de gélatine
1 morceau de raifort râpé de la grosseur d'une noix
Sel et poivre blanc

Pour la décoration :

3 tranches de toasts toastées coupées en 4
1 petit pot d'œufs de saumon
30g séré demi gras

Préparation :

- Mettre la gélatine à ramollir dans de l'eau froide. Dans une petite casserole, faire chauffer un minimum d'eau et faire fondre la gélatine. Le moins d'eau, le mieux c'est.
- Dans un bol à mixer, mettre le saumon, le séré, le yaourt nature et le raifort râpé. Mixer le tout jusqu'à obtention d'une masse homogène. Incorporer la gélatine et mélanger.
- Répartir la masse dans 6 formes à ramequins par exemple et mettre au réfrigérateur.
- Servir les terrines sur assiette, décorées de quelques touches de séré, sur lesquelles auront été déposés des œufs de saumon, et les accompagner des quarts de toast.

Il faut compter 10g de glucides pour cette recette.



Adaptation de la recette: Terrine de Saumon à la crème acidulée relevée, Cuisine de Saison décembre, 12/97