



Minis gratins terre-mer

Préparation : 25 minutes

Matériel : 6 cercles inox de 7 cm de diamètre environ. Il est possible d'utiliser des ramequins si vous n'avez pas de cercles.

Ingrédients pour 6 minis gratins :

- 800 g de courge
- 800 g de pommes de terre
- 4 pavés de saumon (580g)
- 3 càs de poudre de fenouil
- une pincée de 4 épices
- sel

Préparer la courge : enlever la peau et les graines. Découper des lamelles de 3 mm d'épaisseur. Disposer les lamelles de courge sur une plaque de cuisson légèrement huilée au pinceau. Verser un filet d'huile d'olive sur les courges, ainsi qu'une pincée de 4 épices et du sel. Enfourner dans un four préalablement préchauffé à 180° pendant 20 minutes.

Préparer les pommes de terre : les peler et les découper en rondelles de 3 mm d'épaisseur. Les disposer sur une plaque de cuisson et les arroser d'un filet d'huile d'olive tout comme les courges. Assaisonner et enfourner pour 20 minutes à 180°.

Découper les pavés de saumon en lamelles de 3 mm d'épaisseur.

Préparer une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Y déposer les cercles en inox.

A l'intérieur des cercles en inox, faire successivement des couches de pommes de terre, de saumon puis terminer par la courge. Assaisonner entre chaque couche en saupoudrant le fenouil moulu sur les tranches de saumon.

Enfourner pour 10 minutes dans un four à 200° si vous aimez le saumon rosé à l'intérieur. Pour un saumon bien cuit, poursuivez la cuisson 2 ou 3 minutes supplémentaires.

Enlever délicatement le cercle inox sur chaque assiette en prenant soin de ne pas se brûler.

Servir avec une salade verte.