 **Croustillant de saumon au sésame**

[](http://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2016/07/Croustillant-de-saumon-au-s%C3%A9same-DSCN4864.jpg) **Pour 3 Croquants-Gourmands**

**Le poisson :**  
**- 3 pavés de saumon**  
**- 1 citron**  
**- 1 blanc d'œuf**  
**- 2 càs de vin blanc**  
**- 1 bouquet de thym citron (1)**  
**- ½ càc de curcuma (2)**  
**- Sel & poivre du moulin**  
**- Huile d'olive**  
**- Graines de sésame  
La sauce :**  
**- 1 jaune d'œuf**  
**- La marinade du poisson**  
**- Sel & poivre du moulin**

**Le poisson :**  
Recueillir le jus du citron.  
Mettre le blanc d'œuf dans un bol et le faire mousser en battant à la fourchette.  
Ajouter le vin blanc, une bonne cuillerée de feuilles de thym et le curcuma.  
Incorporer le jus de citron, saler, poivrer et mélanger.  
Déposer les pavés de saumon dans un plat creux et les arroser de marinade.  
Couvrir et laisser mariner pendant au-moins 1 heure, en retournant le poisson de temps en temps.  
Au moment du repas, égoutter le poisson sur un papier absorbant.  
Couper chaque pavé en deux dans le sens de la longueur pour obtenir des bâtonnets. **(3)**  
Mettre un lit de graines de sésame dans une assiette creuse et y rouler les languettes de saumon pour les enrober de sésame sur toutes les faces.  
Mettre une cuillerée d'huile dans une poêle et y faire rouler délicatement les languettes pour les graisser légèrement.  
Faire cuire le saumon 4 minutes sur chacune des 2 faces larges.  
Le sésame doit être bien doré, mais le poisson doit rester moelleux (attention de ne pas le laisser cuire trop longtemps.  
**La sauce :**  
Mettre le jaune d'œuf dans une petite casserole et le délayer avec la marinade.  
Porter sur le feu en remuant sans arrêt.  
Stopper la cuisson, dès que la sauce commence à napper la cuillère.  
Vérifier l'assaisonnement en sel et poivre.  
**Le service :**  
J'ai préparé une poêlée en faisant juste suer des échalotes émincées dans un peu d'huile.  
J'ai rajouté des dés de carottes et de courgettes, du thym citron, du sel et du poivre.  
J'ai gardé les légumes croquants.  
Déposer les languettes de saumon dans les assiettes chaudes, avec une portion de légumes et arroser de sauce.