

**Saumon rôti et purée de lentilles**

[](http://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2018/04/saumon-roti-et-puree-de-lentilles-p1090504-r.jpg) **Pour 3 Croquants-Gourmands**

**Le saumon :**  
**- 3 tranches de dos de** [**saumon**](https://recettes.de/saumon) **(1)  
- ½ citron  
- huile d'olive  
- Thym (citron pour moi)  
- sel & poivre du moulin  
- 50 g de crème liquide**

**La purée de lentilles :**  
**- 250 g de** [**lentilles**](https://recettes.de/lentilles) **vertes  
- 1 oignon**  
**- 1 gousse d'ail**  
**- 2 clous de girofle**  
**- 2 carottes**  
**- 3 rondelles épaisses de** [**chorizo**](https://recettes.de/chorizo)  
**- quelques brindilles de thym (citron pour moi)**  
**- 1 feuille de laurier**  
**- 1 litre d'eau**   
**- 2 tablettes de bouillon de volaille**  
**- huile d'olive**  
**- sel & poivre du moulin  
- 40 g de crème liquide**

**Le saumon :**

Mettre les dos de saumon dans un plat creux.  
Les arroser d'un filet d'huile et de 3 cuillerées à soupe de jus de citron.  
Saler, poivrer et parsemer de feuilles de thym.  
Laisser dégeler en retournant le poisson de temps en temps.  
Un peu avant le service, égoutter les morceaux de saumon et les faire dorer   
dans une poêle chaude quelques minutes de chaque côté.  
Les réserver au chaud.  
Verser dans la poêle, la marinade du poisson,  
ajouter la crème et laisser la sauce cuire à feu doux jusqu'à ce qu'elle nappe la cuillère.  
Rectifier l'assaisonnement.

**La purée de lentilles :**

Pendant que le poisson marine :  
Rincer les lentilles et les laisser égoutter.  
Peler les légumes.  
Émincer l'oignon grossièrement, couper les carottes en tronçons.  
Enlever la peau du chorizo et le couper en petits dés.  
Piquer les clous de girofle dans la gousse d'ail.  
Faire [**suer**](http://croquantfondantgourmand.com/petit-lexique-de-termes-culinaires/) l'oignon pendant quelques minutes.  
Ajouter les carottes, l'ail, le chorizo, quelques brindilles de thym et le laurier.  
Laisser revenir quelques minutes en remuant.  
Ajouter les lentilles, remuer.  
Couvrir avec l'eau et ajouter les tablettes de bouillon.  
Porter à ébullition puis laisser frémir à couvert pendant 40 minutes.  
Retirer le thym, le laurier et les clous de girofle.  
Mixer finement les légumes avec une partie de l'eau de cuisson et en rajouter un peu   
si vous préférez la purée moins épaisse.  
Ajouter la crème, bien mélanger et vérifier l'assaisonnement.

**Servir dans des assiettes chaudes, une tranche de saumon entourée de sauce**  
**et escortée de purée de lentilles**