**Filets de saumon sauvage à la toscane**

 **Pour 5 Croquants-Gourmands**

**- 5 filets de** [**saumon**](https://recettes.de/saumon)
**- 2 càs d'huile d'olive**
**- 20 g de beurre**
**- 3 gousses d'ail**
**- 400 g de** [**tomates cerises**](https://recettes.de/tomate-cerise)
**- 250 g de jeunes feuilles d'**[**épinards**](https://recettes.de/epinards)
**- 200 g de crème liquide**
**- 40 g de** [**parmesan**](https://recettes.de/parmesan) **râpé**
**- 1 càs de persil ciselé**
**- 1 càs de basilic ciselé**
**- Jus de citron**

Saler et poivrer les filets de poisson.
Les faire dorer dans l'huile chaude, 6 minutes côté chair
puis entre 3 minutes côté peau.
Réserver.
Dans la même poêle faire fondre le beurre.
Y faire blondir l'ail épluché, dégermé et haché finement pendant 1 minute.
Ajouter les tomates coupées en deux, saler et poivrer.
Lorsque les tomates commencent à se friper, incorporer les feuilles d'épinards
et les [**laisser tomber**](https://croquantfondantgourmand.com/petit-lexique-de-termes-culinaires/).
Ajouter la crème, le parmesan et les herbes.
Porter à ébullition puis laisser frémir pendant environ 3 minutes.
Lorsque la sauce a bien réduit, remettre les filets de saumon.
Laisser mijoter pendant encore 3 minutes en arrosant le poisson de sauce.
Arroser de quelques gouttes de jus de citron et vérifier l'assaisonnement.
Servir bien chaud avec des quartiers de citron.