



Saumon Gravlax à la betterave et mâche

Nous avons pensé à ce qui nous ferait plaisir de déguster lors de nos repas de fêtes ! Aucun doute, à l'unanimité le saumon l'a emporté. Craquez pour notre saumon gravlax à la betterave et à la mâche ! Et vous, quel est votre repas de fête préféré ?



Facile



4 personnes



15 min



Moyen

Ingrédients pour 4 personnes

1 filet de saumon d'environ 600 g, avec sa peau

30 g de gros sel, gris de préférence (type sel de Guérande)

30 g de sucre

100 g de betteraves en dés en conserve Bonduelle

Une douzaine de grains de poivre

½ bouquet d'aneth

Mâche (pour servir)

Étape 1

Ouvrez la conserve de betterave et égouttez-la. Réservez-en 2 c. à soupe que vous placerez au réfrigérateur dans une boîte hermétique. Versez les 100 g de betteraves dans un bol avec le sucre, le sel et les grains de poivre grossièrement écrasés.

Étape 2

Mélangez en écrasant légèrement les betteraves.

Étape 3

Posez le filet de saumon dans un plat creux côté peau contre le plat et côté chair sur le dessus.

Étape 4

Répartissez le mélange à la betterave sur la chair du saumon et étalez-le en couche régulière à l'aide du dos d'une cuillère. Veillez à ne pas surcharger les parties moins épaisses comme la queue.

Étape 5

Recouvrez d'un film étirable et réservez au frigo 48h en vidant toutes les 12h le liquide écoulé.

Étape 6

Au bout de 2 jours, lavez, séchez et hachez l'aneth. Otez le saumon du plat, enlevez à l'aide d'une cuillère les restes de marinade. Séchez à l'aide de papier absorbant.

Étape 7

Recouvrez d'aneth et des dés de betteraves réservés, placez encore au moins 3 h au réfrigérateur.

Étape 8

Coupez en fines lamelles et servez avec une salade de mâche.

On fond pour le saumon ?

C'est le moment d'essayer notre <u><a

[koulibiac saumon, épinards, champignons](https://www.bonduelle.fr/recette/r/koulibiac-saumon-epinards-champignons/FRZ0097) ! Envie d'autre chose ?
Dégustez nos [spaghetti aux poireaux et au saumon](https://www.bonduelle.fr/recette/r/spaghetti-aux-poireaux-et-au-saumon/FRZ0091) !