



30 minutes



40 minutes



4 personnes

INGRÉDIENTS

- 4 poireaux
- ½ cube de bouillon de légumes*
- 2 c à s d'huile d'olive
- 500 g de saumon* frais
- 2 c à s de crème fraîche* ou végétale*

Crumble :

- 75 g de farine de blé T65*
- 6 biscottes*
- 50 g de beurre*
- 2 c à s d'huile d'olive
- 50 g de parmesan* râpé (ou 30 g de gomasio*)
- ½ cube de bouillon de légumes*
- poivre

*PEUT CONTENIR DES ALLERGÈNES

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Écraser les biscottes dans un saladier, réduire le cube de bouillon de légumes en poudre et mélanger le tout du bout des doigts avec la farine, le beurre coupé en petits cubes, l'huile d'olive et le poivre. Quand le mélange devient sableux, ajouter le parmesan râpé, mélanger à nouveau et réserver au frais.
3. Laver les poireaux, les émincer et les faire suer (sans qu'ils ne colorent) dans l'huile d'olive pendant environ 10 minutes à feu doux.
4. Écraser le reste du bouillon de légumes en poudre, l'ajouter aux poireaux, poivrer et mélanger, puis verser la fondue de poireaux dans un plat allant au four et réserver.
5. Découper le saumon en petits cubes, les placer dans un saladier et les enrober de crème végétale. Répartir sur la fondue de poireaux.
6. Recouvrir d'appareil à crumble et enfourner 30 minutes à 180°C, jusqu'à ce que le dessus du plat soit doré.

Fenouil Sargé
du lundi au samedi
de 9h à 19h
ZAC de la Pointe
02 43 81 87 71

Fenouil Université
du lundi au samedi
de 9h à 19h
22 bd. Louis Leprince-Ringuet
02 43 88 36 70

Fenouil République
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
1 b rue Gambetta
02 85 29 15 80

Fenouil Atlantides
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
4-6 avenue d'Hauouza
02 85 29 29 69

Fenouil Antarès
du lundi au samedi
de 9h à 19h
Rond-point d'Antarès
02 43 78 93 82