

Pennes de saumon dans une sauce crémeuse à l'ail

avec épinards et parmesan

Familiale

Pâtes fraîches

Épicée (au goût) 15 à 25 minutes





Filets de saumon, avec la peau



1 c. à soupe

250 g | 500 g







227 g | 454 g



Purée d'ail 1 c. à soupe | 2 c. à soupe



crème

1 | 2

Bébés épinards 56 g | 113 g



Parmesan, râpé grossièrement 1/4 tasse | 1/2 tasse



Vin de cuisine 4 c. à soupe 8 c. à soupe





1 c. à thé



Oignon, haché 56 g | 113 g

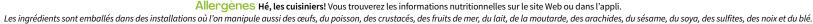


Mélange d'épices pour sauce crémeuse 1 c. à soupe 2 c. à soupe



Concentré de bouillon de légumes 1 | 2





Matériel | Plaque à cuisson, passoire, cuillères à mesurer, papier d'aluminium, tasses à mesurer, fouet, grande casserole, grande poêle antiadhésive, essuie-tout



Préparer

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (temp. élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Dans une grande casserole, ajouter
 10 tasses d'eau et 1 c. à soupe de sel (les mêmes gtés pour 4 pers.).
- Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Hacher grossièrement les épinards.
- Sécher le **saumon** avec un essuie-tout, puis **saler** et assaisonner du **poivre au citron**.



Cuire le saumon

- Ajouter 1 c. à soupe (2 c. à soupe) de beurre à la poêle chaude, puis tournoyer jusqu'à ce qu'il fonde.
- Ajouter le saumon, côté peau vers le bas.
 Saisir de 1 à 2 min, jusqu'à ce que le saumon soit doré. Transférer, côté peau vers le bas, sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium.
- Arroser le saumon d'un filet de beurre fondu.
- Griller au centre du four de 4 à 6 min, jusqu'à ce que le saumon soit entièrement cuit**.



Cuire les pâtes

- Pendant que le saumon grille, ajouter les pennes à l'eau bouillante. Cuire à découvert de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les pâtes soient tendres.
- Réserver 1 tasse (2 tasses) d'eau de cuisson, puis égoutter les pennes et les remettre dans la même casserole, hors du feu.



Sauter les oignons

- Entre-temps, chauffer la même poêle (celle de l'étape 2) à feu moyen.
- Ajouter 1 c. à soupe (2 c. à soupe) de beurre, puis les oignons. Saler et poivrer. Cuire de 1 à 2 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils ramollissent légèrement.
- Ajouter la purée d'ail et le mélange d'épices pour sauce crémeuse, puis remuer pendant 30 s pour enrober.
- Ajouter le vin de cuisine. Poursuivre la cuisson de 20 à 40 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que le vin réduise de moitié.



Assembler les pâtes

- Dans la poêle contenant le mélange d'oignons, ajouter l'eau de cuisson réservée, le concentré de bouillon et le fromage à la crème. Cuire, en fouettant souvent, jusqu'à ce que la sauce arrive à légère ébullition.
- Laisser mijoter de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le fromage à la crème soit combiné et que la sauce épaississe légèrement.
- Ajouter les pennes, les épinards et la moitié du parmesan.
- Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la sauce enrobe les pennes et que les épinards tombent. Saler et poivrer, au goût.



Terminer et servir

- Enlever délicatement la peau du saumon, si désiré
- Répartir les pennes crémeuses à l'ail dans les bols. Garnir de saumon.
- Parsemer du reste du parmesan et de flocons de piment, si désiré.



