

## PETITS FLANS DE POISSON 8 RAMEQUINS

250G DE SAUMON FRAIS

250G DE POISSON BLANC

2 TRANCHES DE SAUMON FUME

2 TOMATES

20CL DE CREME FRAICHE EPAISSE

3 ŒUFS

1 C à SOUPE DE PERSIL

QUELQUES BRINS DE CIBOULETTE

PAPRIKA ET CURRY

SEL POIVRE

BEURRE POUR LES RAMEQUINS

Pour faire la recette utiliser des ramequins en alu les flans cuiront mieux

Dans une feuille de papier sulfurisé couper des ronds de la grandeur du fond des ramequins.

Beurrer les ramequins avec un pinceau et ajouter au fond le papier.

Mixer la chair des 3 poissons (si vous n'arrivez pas à bien mixer ajouter un peu de crème).

Battre la crème restante avec 1 œuf entier et 2 jaunes, réserver les blancs.

Mélanger cette sauce avec le poisson, saler poivrer saupoudrer d'un peu de paprika et de curry (pas trop)

Ajouter au mélangeur le persil et la ciboulette ciselés

Monter les 2 blancs en neige et les incorporer délicatement à la préparation.

Remplir les ramequins au  $\frac{3}{4}$  et faire cuire au bain marie pendant 30 minutes à 180°

Laisser refroidir et décorer votre assiette à votre convenance.

Accompagner ces flans d'une mayonnaise ou d'une crème fraîche citronnée : crème liquide, 1 yaourt à la grecque, sel poivre citron ciboulette persil.

**BON APPETIT**