



Galettes de saumon

Galettes de saumon

454 g (1 lb) de filet de saumon cuit
45 ml (3 c. à s.) d'huile d'olive, divisée
45 ml (3 c. à s.) de beurre non salé, divisé
160 g (1 t.) d'oignon, en petits dés
½ poivron rouge, en dés
60 g (1 t.) de chapelure Panko ou de style japonais
2 gros œufs, légèrement battus
45 ml (3 c. à s.) de mayonnaise
5 ml (1 c. à thé) de sauce Worcestershire
5 ml (1 c. à t.) de sel d'ail
1 ml (¼ c. à t.) de poivre noir
15 g (¼ t.) de persil frais, émincé

Jeter la peau du saumon. Émietter le saumon avec une fourchette et retirer les arêtes, au besoin.

Chauffer une poêle moyenne à feu moyen. Ajouter 15 ml (1 c. à s.) d'huile d'olive, 15 ml (1 c. à s.) de beurre, oignon et poivron. Faire sauter 7 à 9 minutes, ou jusqu'à ce qu'ils soient ramollis et dorés. Retirer du feu.

Dans un grand bol, combiner saumon émietté, oignon, poivron, chapelure, œufs, mayonnaise, sauce Worcestershire, sel d'ail, poivre noir et persil. Mélanger.

Façonner 13 ou 14 galettes. Appuyer pour faire des galettes de ½ po (0,85 cm) à ½ po (1,27 cm) d'épais.

Dans une grande poêle à feu moyen, chauffer 15 ml (1 c. à s.) d'huile et 15 ml (1 c. à s.) de beurre. Une fois que le beurre ne grésille plus, ajouter la moitié des galettes et poêler de 3 min et 30 sec à 4 min de chaque côté, ou jusqu'à dorure et cuisson complète. Si les galettes dorent trop vite, réduire le feu. Retirer et mettre sur une assiette recouverte d'essuie-tout. Ajouter le reste de l'huile (15 ml/1 c. à s.) et du beurre (15 ml/1 c. à s.) et cuire le reste des galettes de saumon. Donne 13 ou 14 galettes, ou 5 à 7 portions.

Conseil : si le mélange de saumon est trop mouillé pour garder la forme, ajouter de la chapelure. S'il est trop sec, ajouter 15 ml (1 c. à s.) de mayonnaise.

Recette et photo gracieusetés de Natasha Kravchuk