



Estelle de Saint Germain

## **Roulé saumon épinards**

**3 heures de réfrigération**

Ingrédients par personne :

1 pavé de saumon, 2 tranches de saumon fumé, 1 cuillère fromage frais ou 1 carré frais allégé, 1 poigné d'épinards cuits, 1 cuillère d'œufs de cabillaud ou de saumon ou de lompes, ciboulette et poivre.

Recette :

Cuire le pavé à la vapeur puis ôter la peau, saler et poivrer légèrement et l'émietter à la fourchette.

Mélanger avec le fromage frais, les épinards égouttés, la ciboulette ciselée et les œufs de poisson

Déposer sur une bande de film alimentaire 2 tranches de saumon fumé, ajouter la farce, rouler fermement en boudin et bien serrer. Placer 3 heures au réfrigérateur