



## TERRINE DE SAUMON SUR BLINI

### Ingrédients (pour 8 personnes) :

- 220 à 250 g de saumon frais
- 6 œufs
- 25 cl crème fraîche épaisse
- persil, basilic, aneth
- sel

### Préparation de la recette :

Faire cuire le saumon au court-bouillon.

Hacher les herbes aromatiques : persil, basilic et aneth.

Battre les œufs avec la crème, les différentes herbes finement hachées et le sel.

Ecraser en miettes le saumon cuit et mélanger à la préparation précédente.

Mettre du papier sulfurisé au fond d'un moule à cake ou bien le beurrer.

Verser la préparation et faire cuire au bain-marie environ 40 mn à 180°C.

Découper la terrine encore tiède en fines tranches.

Servir les tranches déposées sur des blinis.

*Les recettes ont été élaborées par des diététiciennes (Alexandra Martin et Anne Tegler) et dégustées dans le cadre des Ateliers Nutrition à La Maison des MICI.*

*N'hésitez pas à nous communiquer vos propres recettes, nous les expérimenterons et les publierons. Envoyez vos recettes à : [nutrition@afa.asso.fr](mailto:nutrition@afa.asso.fr)*