

# Terrine de poisson

## *Ingrédients :*

- 150 g de brocolis
- 50 g de haricots verts surgelés
- 50 g de petits pois surgelés
- 4 branches d'estragon effeuillé
- 2 œufs
- 100 mL de crème liquide entière
- 100 mL de lait entier
- 300 g de saumon
- 4 mL d'épices Tandoori
- Sel et poivre

## *Recette*

Faites préchauffer le four à 180°C.

Lavez les brocolis et coupez-les en petits bouquets.

Prendre les légumes surgelés et les cuire « al dente ».

Hachez l'estragon.

Dans un saladier, verser l'œuf, le lait, la crème, le sel, le poivre, les épices Tandoori et battez l'ensemble à l'aide d'un fouet souple.

Beurrez et farinez la terrine (ou prendre un moule en silicone mais attention à le mettre sur une grille et à le coincer pour que les bords ne se gonflent pas) ou mettre du papier sulfurisé, versez la moitié des légumes, la moitié de l'estragon haché et disposez les filets de poisson, le reste des légumes, le reste de l'estragon haché et terminez par la préparation du saladier.

Mettre dans le four chaud pour 35-40 min.

Laissez refroidir la terrine sans couvercle puis couvrez-la et placez-la au réfrigérateur le temps nécessaire.

Servez bien froid avec une sauce de votre choix par exemple : mayonnaise sans œuf, sauce tartare, coulis de tomate...