**Saumon avec sauce à la crème au raifort au poivre**

**saumon frais  
courgette  
huile d'olive  
aneth  
sel et poivre**

**crème culinaire  
crème de raifort  
boules de poivre vert  
vin blanc  
fécule de maïs  
persil**

Coupez les courgettes avec la mandoline en fines ficelles de spaghetti. Egouttez-les et mettez-les au four à air chaud à 185°C pendant 15 minutes. Ensuite, faites cuire pendant 15 minutes supplémentaires à 85°C.

Pendant ce temps, préparez la sauce. Versez 25 cl de crème culinaire dans une casserole et mélangez avec quelques cuillères à soupe de crème de raifort. Ajoutez une cuillère à soupe de boules de poivre vert égouttées d'un bocal. Portez à ébullition. Assaisonnez avec du poivre et du sel. Épaississez la sauce avec de la fécule de maïs dissoute dans un peu d'eau.

Faites frire les morceaux de saumon dans un peu d'huile d'olive. Assaisonnez avec du poivre, du sel et de l'aneth séché.

**Dans l'assiette** : un nid de courghetti, recouvert d'une louche de sauce. A côté, deux morceaux de saumon. Terminez avec un peu de persil.