**Saumon avec sauce chaude à l'avocat**

**crème culinaire  
épinards  
purée de pommes de terre  
huile d'olive  
bouillon de légumes**

**saumon frais  
chou romanesco  
sel et poivre  
aneth  
ciboulette  
avocat  
jus de citron**

Faites cuire le romanesco à la vapeur pendant une dizaine de minutes. L'assaisonnement n'est pas nécessaire.

La sauce chaude à l'avocat se prépare comme suit : retirez la chair des avocats mûrs et passez-la au mixeur avec un peu de jus de citron et de bouillon de légumes. Assaisonnez avec du poivre et du sel.

Ajoutez de la crème culinaire et réchauffez la sauce juste avant de l'utiliser. Ne pas porter à ébullition.

Le ragoût d'épinards est une purée de pommes de terre classique à laquelle on ajoute des épinards mixés.

Le saumon est frit dans l'huile d'olive et assaisonné de poivre, de sel et d'aneth.

Terminez ce plat avec un brin d'aneth et de la ciboulette.