Terrine d'asperges au saumon

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 500g d'asperges vertes
- 2 petits oignons
- 100g de saumon
- 2cuillères à café d'huile d'olive
- 50g de mie de pain
- 25cl de lait
- 3 œufs
- 80g de parmesan râpé
- 1 pincée de piment de Cayenne

Préparation

- Pelez et lavez les asperges. Cuisez-les à la vapeur 10 mn.Refroidissez-les sous l'eau froide et laissez-les égouttez sur du papier absorbant ou un linge propre
- Préchauffer le four à 180°. Épluchez et émincez les oignons. Coupez le saumon en dés.
- Dans une poêle faites chauffez l'huile d'olive, mettez les oignons a revenir avec les dés de saumon, le piment de Cayenne, sel poivre, et laissez cuire 5 mn à couvert.
- Mettez le pain de mie à tremper dans le lait. Mixez-le avec les œufs et le parmesan. Mélangez cette préparation avec le saumon.
- Garnissez un plat à terrine, d'une couche d'asperge, versez la préparation au saumon jusqu'à la moitié et renouvelez l'opération (asperge saumon).
- Enfournez pour 40 à45 mn.
- Servez la terrine tiède ou froide accompagnée d'une salade