

Comment choisir son saumon ? - 1/1

Dans quelques jours c'est Noël, et le saumon se retrouvera dans nos assiettes ! Mais comment choisir le meilleur saumon possible... ?

Comment choisir un bon saumon fumé ?

- Privilégiez toujours le saumon Atlantique au saumon Pacifique. Il est meilleur.
- Veillez à ce que le saumon soit fumé au bois de hêtre ou de chêne.
- Le saumon doit avoir été salé au sel sec. Pour cela la couleur de votre saumon doit être uniforme. Si ce n'est pas le cas, cela veut dire qu'on lui a injecté de la couleur par seringue : gain de temps pour le fumeur, mais qualité qui laisse à désirer.
- la mention "sans raidissage" doit se trouver sur l'emballage. Cela veut dire que le poisson n'a pas été congelé avant la découpe.
- Veillez à ce que le saumon n'ai pas de bordures foncées, ce qui signifierait qu'il n'est pas resté à bonne température (0-4degré) et qu'il n'a pas supporté le voyage.
- Des tranches de 20 cm de long minimum sont conseillées.

Comment choisir un bon saumon frais ?

- Il doit être raide, ferme et avec un aspect brillant.
- Les yeux du saumon doivent occuper tout l'orbite. Il ne faut surtout pas qu'ils soient crevés ou ternes.
- Le poisson qui vient d'être abattu a un aspect brillant, ses nageoires et son ventre sont en très bon état. Les branchies sont encore humides (rouges).
- Couleur uniforme.
- Le poisson ne doit pas sentir mauvais. Sinon... Mauvais signe...

Comment conserver un saumon ?

Le poisson est toujours meilleur quand il est consommé le jour même, mais il est possible de le conserver :

- Emballez le dans du papier aluminium. Il peut rester 4 jours dans le réfrigérateur.

Comment vider un saumon ?

- Petite taille : Mettez votre doigt successivement dans chaque ouïe du poisson pour en extraire son contenu. Cette technique vous permet de garder votre poisson entier et intact, un avantage pour certaines recettes.
- Grande taille : Faites une incision dans le bas du ventre du poisson et enlevez les entrailles. Lavez à l'eau fraîche ou essuyez avec un chiffon humide. Ensuite cuisez-le. Si vous voulez faire griller le saumon, ne l'écaillez pas. Mais si vous devez l'écailler, tenez le par la queue et raclez le corps de la queue vers la tête avec un écailleur (ou un couteau plat). Si vous devez lever les filets, coupez la tête du saumon et séparez les quatre filets avec un couteau.