



Entrées

Saumon mariné avec pâte d'avocat

Pour 4 personnes.

Ingrédients

200 grammes saumon
1 quart saumon (oeufs)
poignée fines herbes
1 tige de coriandre
2 avocats
5 radis
1 cuillère à soupe de graines de sésame
50 grammes de fromage à la crème
1 cuillère à café piment (sauce)
poivre
sel

Pour le dressing

30 grammes de sauce soja (légère)
20 grammes de jus de citron vert
10 grammes huile de tournesol

Méthode de préparation

Préparez d'abord le dressing en mélangeant la sauce soja, le jus de citron vert et l'huile de tournesol.

Pendant ce temps, torréfiez les graines de sésame et mettez-les dans le dressing.

Taillez le saumon en dés et laissez-le mariner 5 minutes dans le dressing. Déposez quelques oeufs de saumon sur chaque morceau de saumon.

Pelez l'avocat et dénoyautez-le. Écrasez-le à la fourchette et ajoutez le fromage crémeux. Assaisonnez avec du poivre, du sel, du jus de citron vert et de la sauce chili. Achetez avec de la coriandre finement ciselée.

Coupez les radis en fines lamelles et plongez-les un instant dans de l'eau glacée. Mélangez-les avec les fines herbes pour une salade toute fraîche.

Astuce:

Pour vérifier que le saumon est frais, appuyez dessus. Si la chair revient en place, c'est bon !

