



Les plats principaux

Saumon poché en sauce curry avec poivron

Pour 4 personnes.

Ingrédients

4 saumon (filets)
200 grammes de pois chiches (en lamelles)
2 tiges de citronnelle (coupée finement)
poignée feuilles de coriandre
1 poivron rouge (en lamelles)
1 piment rouge (en anneaux)
1/2 citron vert (le jus)
4 cuillères à soupe pâte de curry rouge
1 cuillère à café de sauce poisson
800 millilitres de lait de coco
huile d'arachide
poivre
sel

Méthode de préparation

Cuisez ensemble en mélangeant 4 minutes dans de l'huile d'arachide la citronnelle, le poivron, les mange-tout et le piment rouge. Ajoutez la pâte de curry et cuisez encore 1 minute en mélangeant.

Ajoutez le lait de coco et portez à ébullition. Laissez mijoter 2 minutes. Assaisonnez avec le jus de citron vert, la sauce de poisson, poivre et sel. Déposez dessus les filets de saumon et faites encore une fois mijoter 3 minutes.

Versez le curry dans des assiettes et terminez par la coriandre.

Conseil:

Délicieux avec du riz jasmin (riz thaï).

