



UNE CUISINE
DE BON GOÛT

SALADE NIÇOISE REVISITÉE AU SAUMON



INGRÉDIENT

PRINCIPAL

Poisson

TEMPS DE

PRÉPARATION

Moins de 2 heures

PERSONNES

2-4

RECOMMANDATION

DE PRODUITS

Saladier Bas

INGRÉDIENTS

- 400g de filet de saumon
- Huile d'olive
- Sel et poivre
- 200g de pousses d'épinards lavées
- 100g de petit pois, blanchis et refroidis
- 2 patates douces, coupées en tranches épaisses et préalablement cuites
- 4 œufs durs moyens
- 100g de haricots verts, blanchis et refroidis

Pour la sauce salade:

- 1 c. à soupe de moutarde de Dijon
- 1 c. à soupe de moutarde à l'ancienne
- 1 c. à soupe de miel
- 125ml d'huile d'olive
- Jus d'un citron
- Sel et poivre

PRÉPARATION

- 1) Pour faire la sauce salade, placez tous les ingrédients dans un shaker et secouez pour émulsionner.
- 2) Faites chauffer votre poêle anti-adhérente Les Forgées avec de l'huile d'olive.
- 3) Assaisonnez le saumon côté peau. Faites revenir le saumon des deux côtés en commençant par le côté peau. Dès que la peau du saumon se détache de la poêle vous pouvez retourner. Cuire encore 4 à 5 minutes ou selon votre préférence.
- 4) Dressez la salade dans un saladier bas Le Creuset avec tous les légumes et terminez avec le saumon soigneusement effiloché et la sauce salade. Assaisonnez à votre convenance.

Copyright Image/Recette © 2021 Le Creuset

www.lecreuset.com