



AMÉLIORER LA SÉCURITÉ POUR PLUS DE PLAISIR!

FILET DE SAUMON AU PIMENT ET AU CITRON VERT

Portions: 4

Préparation: 25 min. | Grill: 6 min.

Ingrédients

1 piment rouge

1 gousse d'ail

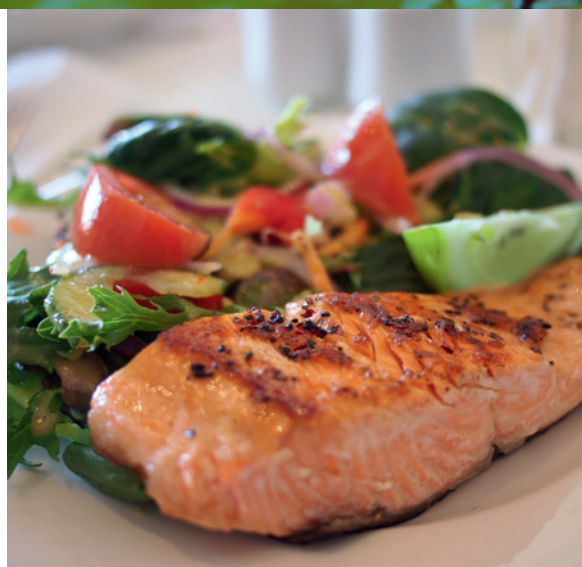
1 citron vert bio

2 cuillères à soupe
d'huile d'olive

500 g de filet de saumon
avec la peau

½ cuillère à soupe de gros
sel de mer

1 plaque à grill



Préparation

Brossez le piment, coupez-le en longueur. Retirez les pépins, puis rincez et émincez le piment. Épluchez et hachez l'ail. Rincez et essuyez le citron vert, puis râpez finement le zeste. Pressez le citron vert et mélangez le tout avec l'huile.

Rincez le saumon, tamponnez-le avec un torchon pour le sécher puis coupez-le en 4 tranches. Posez les tranches dans un plat profond et versez la marinade sur le poisson. Couvrez le plat et laissez reposer au moins 1 heure au frais.

Après avoir laissé le saumon reposer au frais, sortez-le de la marinade, tamponnez-le avec un torchon pour le sécher et posez-le sur la plaque à grill. Faites-le cuire environ 3 minutes de chaque côté sur le grill préchauffé. Enfin, assaisonnez avec le sel de mer. En accompagnement, servez du riz ou une salade.