

Saumon confit sauce yaourt-curry et salade de tomates cerises

Les ingrédients pour 2 personnes :

2 pavés de saumon sans la peau de 150 g maximum
1 yaourt nature
1 barquette de tomates cerises jaunes, rouges et oranges
1 citron
1 échalote
Curry
Sauce soja
Huile d'olive
Sel et fleur de sel
Quelques brins de coriandre fraîche

Saler les pavés de saumon à la fleur de sel et les emballer hermétiquement dans du film alimentaire. Dans une casserole mettre de l'eau chaude du robinet à 55° et y plonger les pavés de saumon pendant 10 mn. L'eau ne doit pas dépasser cette température.

Pendant ce temps préparer la sauce en mélangeant le yaourt avec un peu de jus de citron, 1 trait d'huile d'olive, 1 échalote finement ciselée, 1 petite c à c de sauce soja, un peu de curry en poudre et de la coriandre finement ciselée.

Couper les tomates cerises en 2 ou en 4 suivant leur grosseur et les assaisonner de sel et huile d'olive (j'ai ajouté un trait de vinaigre).

Sortir les pavés de saumon de la casserole, enlever le film. Les poser sur les assiettes, accompagner de la salade de tomates cerises et de la sauce au yaourt.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>