

Saumon grillé, purée au lait de coco, coriandre fraîche et vanille



Plat **Facile**

Pour : 2 personnes

Préparation : 15 mn

Cuisson : 25 mn

La purée au lait de coco et à la coriandre est délicieuse, ça change et c'est parfait pour accompagner un poisson grillé !

Recette proposée par : Audrey Bourdin

Ingrédients

- 2 pavés de saumon
- 400 g de pommes de terres à purée
- 20 cl de lait de coco
- 1 pointe de couteau de vanille en poudre
- 0,5 cuillère à café de gingembre haché
- 1 cuillère à café de sauce de soja
- 1 citron vert
- poivre, sel
- 5 tiges de coriandre

Préparation

- 1 Faire cuire les pommes de terres épluchées dans une casserole à l'eau salée pendant 20 minutes.
- 2 Passer les pommes de terres dans un presse purée, et ajouter le lait de coco, le gingembre, la vanille, la sauce soja et le jus du citron vert.
- 3 Rectifier l'assaisonnement en sel et poivre et réserver au chaud.
- 4 Faire chauffer une poêle avec un peu d'huile d'olive et y faire cuire les pavés de saumon sur la peau.
- 5 Faire cuire à feu moyen pendant 2 minutes, puis quand les bords commencent à devenir opaque, retourner les et prolonger la cuisson de 2 à 3 minutes (les pavés doivent rester mi-cuit).
- 6 Ajouter la coriandre ciselée à la purée et servir sans trop attendre.

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

