

Saumon teriyaki



Plat **Moyen**

Pour : 2 personnes

Préparation : 10 mn

Repos : 120 mn

Cuisson : 10 mn

Le saumon est caramélisé et c'est un régal ! Je l'ai accompagné de gratin dauphinois. Vous pouvez également vous procurer la sauce toute prête en supermarché.

Ingrédients

- 2 pavés de saumon
- huile de sésame
- 8 cuillères à soupe de sauce teriyaki

Préparation

- 1 Dans une assiette creuse, mettre à mariner le saumon dans la sauce.
- 2 Le recouvrir d'un film transparent et le placer au réfrigérateur 1 à 2 heures si possible mais au moins 1/2 heure.
- 3 Le sortir du frigo, le badigeonner légèrement d'huile et le faire griller à la poêle.
- 4 Vous pouvez utiliser le reste de la marinade durant la cuisson pour badigeonner les pavés.
- 5 Cuire quelques minutes de chaque côté.
- 6 Il doit avoir un aspect brillant et quelque peu "caramélisé".

Proposé par



La Guillaumette

La Guillaumette, c'est moi! une lorraine devenue charentaise à l'heure de la retraite. Une de mes passions est de mijoter de bons petits plats. Mais j'en ai bien d'autres. Venez à ma rencontre en visitant mon blog "**LA GUILLAUMETTE**". Ainsi, nous ferons connaissance.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

