

Saumon au riz et haricots plats WW



Pour 4 pers / 9 pp par pers pour 110 gr de saumon

- 120 gr de riz basmati cru
- 4 pavés de [saumon](#)
- 300 gr de haricots plats surgelés
- 4 cs de crème liquide à 15 % de mg
- sel, poivre
- aneth

Faire cuire le riz dans une casserole d'eau bouillante salée.

Une fois le riz cuit le mettre dans une sauteuse avec les haricots plats non décongelés et remuer le tout.

Poser le saumon par-dessus, mettre un peu d'eau dans le fond de la sauteuse, couvrir et faire cuire 10 minutes.

Une fois le poisson cuit le couper grossièrement à l'aide d'une cuillère en bois ou d'une fourchette rajouter la crème, le sel, le poivre et l'aneth.

Mélanger délicatement et servir immédiatement.