



Pavé de saumon et sa julienne de légumes

LA CUISINE DE BOOMY

Pour 4 pers / 2 points par pers

- 600 gr de julienne de légumes surgelées
- 4 pavés de saumon
- 6 cs de crème liquide à 12 % de mg
- 1/2 cc de curry (ou plus en fonction de vos goûts)
- sel, poivre
- persil
- aneth

Dans une sauteuse mettre la julienne de légumes et faire cuire une dizaine de minutes, jusqu'à ce qu'elle soit décongelée. Saler, poivrer et mettre du persil et le curry, bien mélanger. Hors du feu rajouter la crème, mélanger à nouveau et verser dans un plat allant au four.

Préchauffer votre four à 180 °.

Poser les pavés de saumon sur les légumes. Saler, poivrer et saupoudrer d'aneth et enfourner pour 20 minutes.

Faire cuire le riz pendant le temps de cuisson du saumon.