

POUR 2 PERSONNES

# MÉLI-MÉLO AU SAUMON

Temps estimé : 30 min (15 min prépa/15 min cuisson)



INGRÉDIENTS :

- 1 cœur de filet de saumon fumé
- 1 cuil. à café de sauce soja
- 1 botte de radis roses
- 1 botte de cresson
- 125 g de petits pois écossés
- 100 g de pois mange-tout
- 1 petite poignée de graines germées
- 1 cuil. à soupe d'huile de colza
- 1 cuil. à café de gingembre haché
- 1 cuil. à soupe de jus de citron
- Poivre

PRÉPARATION :

Faites cuire à la vapeur les petits pois 5 min et les pois mange-tout 6 à 8 min. Plongez-les dans de l'eau glacée pour fixer leur couleur. Egouttez. Lavez et effeuillez le cresson. Émincez les radis. Taillez le saumon en tranches. Mélangez l'huile, le jus de citron, le gingembre, la sauce soja et du poivre. Mélangez les crudités, les légumes, les graines germées et le saumon dans un saladier. Arrosez de vinaigrette et servir.

BON APPETIT LES CHATS !

