

Saumon au curry.

Pour 4 personnes
Préparation: 15mn
Cuisson: 35mn



INGRÉDIENTS:

- 4 pavés de saumon
- 1 poivron rouge
- 2 tomates
- 2 gousses d'ail
- 200ml de lait de coco light
- 1cc de curry
- 1 CS d'huile
- sel, poivre

PRÉPARATION:

1. Dans une sauteuse, faire chauffer l'huile avec le curry et faire revenir les gousses d'ail émincées avec le poivron coupé en lamelles.
2. Enlever la peau des pavés de saumon, les couper en cubes et les mettre dans la sauteuse avec les tomates coupées en morceaux. Laisser cuire environ 10mn.
3. Verser le lait de coco, assaisonner et laisser mijoter environ 30mn.
4. A accompagner d'une portion de riz.

Une recette simple et excellente!!

Vous nous en direz des nouvelles!!