



RECETTE

Tataki de saumon x À l'ombre des citronniers



10 minutes



2 minutes



2 portions

Ingrédients

- 2 pavés de saumon frais
- 5 cl de sauce soja (salée de préférence)
- 20 gr de noisettes décortiquées
- 20 gr de pistaches décortiquées
- 3 c-à-c de thé vert bio «À l'ombre des citronniers»
- Huile d'olive

Préparation

1. Retirer la peau du saumon et arroser de sauce soja.
2. Saler et poivrer puis laisser mariner quelques minutes.
3. Mixer ensemble les noisettes, les pistache et le thé vert bio «À l'ombre des citronniers».
4. Rouler votre pavé de saumon dans le mélange noisettes / pistaches / thé afin que tous les côtés soient recouverts.
5. Faire chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle.
6. Faire revenir les tatakis 1 min de chaque côté à feu vif.