

CURRY DE SAUMON



Pour 6 personnes

Ingrédients :

750 g saumon

4 c à s d'huile d'olive

4 dl de lait coco

3 dl d'eau

2 gousses d'ail

2 carottes coupées en dés

Amandes effilées grillées

2 c à s de farine

2 c à c de cumin

2 c à c de coriandre

2 c à c de curry

2 c à c de curcuma

2 pincées de sel et de poivre

Peler et écraser (ou râper) l'ail. Découper les pavés de saumon en gros morceaux. Dans une sauteuse, faire dorer les morceaux de saumon avec l'huile et l'ail.

Mélanger la farine, le cumin, la coriandre, le curcuma, le curry, le sel et l'eau dans un récipient. Ajouter la préparation au saumon dans la sauteuse. Faire mijoter durant trois minutes. Remuer régulièrement avec la spatule.

Cuire séparément les carottes et les ajouter à la préparation.

Verser le lait de coco dans la sauteuse. Laisser mijoter à couvert pendant sept minutes.

Décorer avec des amandes effilées grillées et de la coriandre

Servir chaud accompagné de riz.