



Saumon au curry rouge et lait de coco, riz au jasmin

Temps de préparation : 40 minutes

Niveau : facile

Ingrédients pour 4 personnes :

4 pavés de saumon de Norvège ASC
500 ml de lait de coco
3 à 5 c. à s. de pâte de curry rouge
1 oignon ciselé
500 g de potiron en dés
100 g de petits pois
250 g de riz au jasmin
3 à 5 c. à s. de sauce au poisson Asiatique
50 g de basilic Thaï
Sel, poivre, huile d'olive
2 sachets de thé au jasmin



Préparation :

1. Laisser décongeler les pavés de saumon pendant 1 à 2 heures à température ambiante. Éponger les pavés avec du papier absorbant afin qu'ils soient bien secs.
2. Couper les pavés de saumon en gros cubes. Chauffer une poêle sur feu vif avec un filet d'huile d'olive et saisir les morceaux de saumon rapidement de tous les côtés et réserver.
3. Dans une casserole, cuire le riz au jasmin (ou prendre un riz classique et cuire avec 2 sachets de thé au jasmin dans l'eau) puis garder au chaud.
4. Dans la même poêle que le saumon, sur feu moyen et avec un filet d'huile d'olive, ajouter l'oignon ciselé puis les cubes de potiron et faire revenir 5 min. Ajouter la pâte de curry rouge et faire revenir 1 min. Ajouter le lait de coco et laisser mijoter environ 15 min jusqu'à ce que les dés de potiron soient bien cuits.
5. Ajouter les petits pois dans la sauce et porter à ébullition. Assaisonner selon les goûts avec du sel, du poivre ou une sauce au poisson si besoin.
6. Pour finir, disposer les morceaux de saumon dans la sauce chaude et si besoin laisser mijoter pour finir la cuisson. Parsemer avec quelques feuilles de basilic Thaï et servir bien chaud avec le riz au jasmin.