



Saumon bio irlandais aux tomates cerises et à la sauce aux herbes

Pour 4 personnes

- 4 portions (de 150g) de saumon bio irlandais sans peau et sans arêtes
- 16 tomates cerises en grappe
- 5 c. à s. d'huile d'olive
- Sel et poivre noir fraîchement moulu
- 2 gousses d'ail émincées finement
- Jus et zeste d'un citron
- Une botte de persil émincé finement, (environ 40g)

Pour accompagner :

- Pommes de terre grelots cuites à la vapeur
- Feuilles de salade légèrement assaisonnées de vinaigrette
- Quartiers de citron

Cuisson des tomates:

- Préchauffer le four à 180 °C.
- Couper les tomates cerises en quatre et les placer dans un petit plat à rôtir. Les arroser d'huile d'olive, puis les assaisonner de sel et de poivre.
- Faire rôtir les tomates pendant 12-15 minutes jusqu'à ce qu'elles soient un peu grillées.

Cuisson du saumon:

- Faire chauffer un peu d'huile d'olive à feu moyen dans une poêle antiadhésive.
- Saler et poivrer les portions de saumon et les déposer dans la poêle. Les cuire 3 min de chaque côté.

Préparation de la sauce aux herbes:

- Pendant que le saumon cuit, mélanger l'ail, le zeste et le jus de citron, le persil et les 3 cuillères à soupe d'huile d'olive restantes dans un robot culinaire.
- Goûter et assaisonner.

Pour servir:

- Répartir les tomates, les feuilles de salade et le saumon dans quatre assiettes.
- Verser un peu de sauce aux herbes sur le saumon et servir accompagné de pommes de terre et de quartiers de citron.