

## Recette : PAVÉS DE SAUMON AUX GRAINES DE SÉSAME !



### PAVÉS DE SAUMON AUX GRAINES DE SÉSAME !

Plats

#### INGRÉDIENTS

4 pavés de saumon  
1 cuillère à soupe d'huile de tournesol  
1 cuillère à soupe de miel liquide  
4 cuillères à soupe de sauce soja (sucrée)  
3 cuillères à soupe de graines de sésame grillées  
Poivre

#### PRÉPARATION

1. Déposer les pavés de saumon dans un plat à four.
2. Poivrer-les.
3. Arroser-les d'huile de tournesol.
4. Dans un bol, mélanger le miel et la sauce soja avec une cuillère.
5. Napper les pavés de saumon avec la préparation miel/soja.
6. Parsemer de graines de sésame.
7. Enfourner au four.

#### Un Conseil ?

Arroser régulièrement les pavés de jus de cuisson.

Préparation : 10 minutes  
Cuisson : 20 minutes



*C'est à vous de jouer !*

Environ 20 minutes  
180°C

*N'oublier pas de préchauffer votre four !*