

Saumon rôti aux olives, haricots verts, anchois et tomates cerise



Les ingrédients pour 4 personnes :

200-250 g de haricots verts
20 tomates cerise
100 g d'olives noires
2 c à s d'huile d'olive
4 pavés de saumon sans la peau
2 citrons
1 botte de basilic
12 filets d'anchois
Fleur de sel et poivre du moulin

Équeuter les haricots verts et les blanchir dans de l'eau bouillante salée pendant 2 mn.

Les égoutter et les mettre dans un saladier avec les tomates cerise et les olives dénoyautées. Mélanger avec l'huile d'olive, sel et poivre.

Presser le jus d'1/2 citron sur les pavés de saumon, les saler et les poivrer sur les 2 faces, les poser sur une plaque antiadhésive à une extrémité.

Ciseler le basilic et l'ajouter aux légumes. Mettre les légumes à côté des pavés de saumon à l'autre extrémité de la plaque en les étalant et poser les anchois dessus (je rajoute un peu de jus de citron sur les légumes). Mettre la plaque à four préchauffé à 200-210° pendant 10 mn environ.

Servir avec le reste des citrons coupés en quartiers.

Je mets toujours plus de haricots verts et j'adapte le reste des légumes en fonction de la quantité de ces haricots verts car la recette a toujours du succès.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>