

Saumon mariné à la moutarde et à huile d'olive

Du saumon frais et fumé... on en consomme beaucoup au Québec. Il est relativement abordable et surtout délicieux! Ici une recette très simple à réaliser...



Ingrédients

- 1 beau filet de saumon
- Huile d'olive
- Moutarde de Dijon (ici aromatisée au citron)
- 1 c. à soupe de câpres
- 1 petit [oignon](#)
- Sel et poivre

Déposez le saumon dans un grand plat. Badigeonnez-le d'une fine couche de moutarde. Ajoutez de l'huile d'olive (le saumon doit baigner à sa demie dans l'huile d'olive) et les câpres. Faites macérer de 12 à 24 heures au frigo.

Déposez le plat dans un four chaud, 20 minutes à 180° C.

Mes suggestions

- Remplacez les câpres par de l'aneth.
- Ajoutez un zeste de citron.
- Recettes de [Poissons...](#)
- Recettes de [Fruits de mer \(coquillages, crustacés, mollusques, escargots, oursins...\)](#)
- [Recettes de "ma belle province" du Québec!](#)

De la Fourchette aux Papilles Estomaquées ...Made By TitAnick

<http://www.de-la-fourchette-aux-papilles-estomaquées.fr/article-saumon-marine-a-la-moutarde-et-huile-d-olive-63816052.html>

Par TitAnick - Publié dans : [Poissons, crustacés et fruits de mer](#) - Communauté : [Cuisine et AMAP](#)