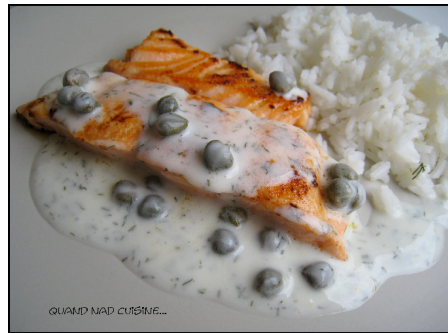


Saumon sauce légère aux câpres



Pour 2 personnes:

- 2 pavés de saumon
- 5 cs de crème liquide allégée
- 2 cs de jus de citron
- 2 cs de câpres
- 1/2 cc de raifort
- aneth (selon vos goûts)

Mélanger tous les ingrédients (sauf le saumon bien sûr!) et réserver au frais.

Poêler les pavés de saumon dans une noix de beurre et dresser sur les assiettes nappés de sauce froide et accompagné de riz basmati.



<http://quandnadcuisine.over-blog.com/>