

SAUMON À L'UNILATÉRAL ET COUSCOUS ÉPICÉ

Recette par **Pascale Weeks**

Une recette simplissime qui nous fait craquer.

Difficulté : **Très facile** Coût : **Budget moyen**
Temps de préparation : **10 min** Temps de cuisson : **6 min**

Ingrédients (4 personnes)

4 pavés de saumon
300 g de couscous épicé
1 citron
Huile d'olive
2 branches de thym
Sel



Préparation

ÉTAPE 1 :

Faites cuire le couscous selon les indications du paquet et réservez au chaud.

ÉTAPE 2 :

Faites chauffer une poêle sur feu entre moyen et vif avec de l'huile d'olive.

ÉTAPE 3 :

Déposez les pavés de saumon, le thym et salez. Faites cuire en arrosant de temps en temps le poisson avec l'huile. Ne retournez pas le poisson.

ÉTAPE 4 :

Quand le poisson est mi cuit, servez avec la semoule et des tranches de citron.

Le conseil de Pascale Weeks

Choisissez des pavés de saumon bio ou label rouge.