

# SAUMON SAISI À L'HUILE D'OLIVE

AVEC PURÉE DE POIS CHICHES ET SAUCE VIERGE À LA MENTHE ET OLIVES



PRÉPARATION: 20 MIN.



PORTIONS: 4

## INGRÉDIENTS

---

### BOUILLON

1 pot de 540 ml de pois chiches 'Picuezo' rincées et égouttées

15 ml (1 c. à soupe) de jus de citron 'Quicklemon'

60 ml (1/4 tasse) d'huile d'olive 'Mueloliva'

1 gousse d'ail haché

4 pavées de saumon de 150g chaque

### SAUCE VIERGE

125 ml (1/2 tasse) d'olives tranchées 'Luxeapers'

15 ml (1 c. à soupe) de câpres 'Luxeapers'

125 ml (1/2 tasse) de tomates cerise, en deux

15 ml (1 c. à soupe) de feuilles de menthe, grossièrement haché

30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive 'Venta Del Baron'

## INSTRUCTIONS

---

1) À l'aide d'un robot culinaire, faire broyer les pois chiches avec le jus de citron, 45 ml d'huile d'olive et l'ail haché jusqu'à lisse (ajouter de l'eau au besoin). Réserver.

2) Assaisonner les pavées de saumon. Dans un poêlon à feu moyen, faire cuire les pavées de saumon dans l'huile d'olive restant pendant 3-4 minutes de chaque côté en finissant par la côté peau. Réserver.

3) Pendant ce temps, mélanger tous les ingrédients de la sauce vierge. Servir les pavées de saumon sur un lit de purée de pois chiches, garni de sauce vierge.



Pour plus de recettes, visitez-nous en ligne à [apextrades.ca](http://apextrades.ca)