



Salade de kiwi et saumon mariné

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de repos : 20 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

- 2 kiwis
- 400 g de filet de saumon frais sans la peau
- 100 g de pousses de salade
- 1 orange
- 2 c à s de vinaigre de cidre
- 2 c à s d'huile d'olive
- 2 c à c de miel
- 4 c à s de gros sel
- Sel et poivre du moulin

1. Répartir la moitié du gros sel dans une assiette, poser le saumon dessus et recouvrir avec le reste de gros sel. Filmer (avec un film alimentaire étirable) et placer au réfrigérateur pendant 20 min.
2. Pendant ce temps, rincer et sécher le saumon, le découper en fines lamelles et les disposer dans un plat de service.

3. Prélever le zeste et le jus de l'orange. Dans un bol, les mélanger avec le miel, l'huile, le vinaigre de cidre, le sel et le poivre. Bien mélanger et assaisonner les lamelles de saumon avec cette sauce.
4. Peler les kiwis, les couper en deux puis en fines tranches.
5. Dans le plat de service, répartir harmonieusement les jeunes pousses, les tranches de kiwi et le saumon.

Zoom sur le kiwi

Dégusté depuis 2000 ans en Chine, le kiwi séduit aujourd'hui le monde entier. En France il est cultivé dans trois régions dont l'une détient même un Label Rouge.

© Julie Méchali pour Interfel