

Brochettes aux dés de saumon, coco et coriandre

Des dés de saumon montés sur des piques à brochettes sont marinés dans une sauce au lait de coco avec de la coriandre et l'huile futures mamans avant d'être enfournés une vingtaine de minutes. Un plat très parfumé, à déguster avec des tagliatelles ou du riz par exemple.

Préparation : 15 minutes + 1 h de marinade

Cuisson : 20 minutes

Matériel : 4 piques à brochettes

Pour 4 personnes :

- 400 g de pavés de saumon
- quelques brins de coriandre fraîche
- 1 gousse d'ail
- 20 cl de lait de coco
- 1 citron vert
- sel non raffiné, poivre
- 5 cl d'huile **Futures Mamans**
- 1 poivron rouge ou vert
- 1 oignon rouge

La préparation :

Ciseler les feuilles de coriandre. Eplucher l'ail, l'émincer finement. Couper les pavés de saumon en cubes réguliers. Dans un plat creux, verser le lait de coco, le jus du citron vert et l'huile Futures Mamans. Ajouter deux belles pincées de sel, du poivre, l'ail, la coriandre. Plonger les cubes de saumon dans cette marinade et garder le plat au frais pendant une heure, en retournant les cubes au bout d'une demi-heure.

Préchauffer le four à 150°. Retirer les graines et le pédoncule du poivron, le tailler en gros dés pour les brochettes. Monter le poisson sur des piques en alternant avec les cubes de poivron et des quartiers d'oignon rouge.

Enfournier pour 20 minutes en retournant les brochettes à mi-cuisson. Pendant ce temps, préparer la garniture (pâtes, riz...). Décorer enfin de lamelles de citron, de copeaux de noix de coco avant de servir.