



- 2 filets ou pavés de saumon frais
- 1 citron
- 4 brins d'aneth frais



- 4 tranches de saumon fumé



- baies roses
- poivre
- papier cuisson

DEUX SAUMONS EN PAPILOTE

RECETTE DU DIMANCHE

- *Couper chaque filet de saumon en 2 dans l'épaisseur.*
- *Couper 4 morceaux de papier cuisson.*
- *Sur chacun, disposer un demi filet de saumon frais.*
- *Ajouter une tranche de saumon fumé.*
- *Déposer un brin d'aneth, poivrer.*
- *Ajouter un filet de citron pressé et quelques baies roses.*
- *Refermer la papillote.*
- *Cuisson au four 15 minutes, 180 °C.*
- *(ne pas saler, le saumon fumé sale la préparation)*

Cette recette vous a plu ? Retrouvez mes recettes saines et légères et mes menus dans ma boutique en ligne / veroniquemorin-dieteticienne.fr

VÉRONIQUE MORIN
DIETETICIENNE NUTRITIONNISTE

