

Pavés de Poisson Laqués aux Graines de Sésame

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 35 minutes

Ingédients:

- | | |
|--------------------------|--------------------|
| - Saumon | <i>2 pavés</i> |
| - Sauce Hoisin (Chinois) | <i>1 c à soupe</i> |
| - Sauce Soja Sucrée | <i>1 c à soupe</i> |
| - Graines de Sésame | |
| - Sel | |
| - Poivre | |



Recette:

- Ôtez la peau des pavés de saumon. Déposez-les sur une plaque de cuisson allant au four puis salez-les.
- Préchauffez le four à 200°C.
- Dans un petite assiette creuse, mélangez la sauce hoisin avec la sauce soja sucrée. Poivrez.
- Nappez généreusement les pavés avec ce mélange.
- Saupoudrez le tout de graines de sésame.
- Enfournez pour 10 à 15 minutes en fonction de l'épaisseur des pavés de poisson (attention à ne pas les surcuire !!).
- Servez dès la sortie du four.

Remarque:

Le saumon peut-être remplacer par un autre poisson tel que cabillaud, sandre, perche, ...