



# Saumon ou cabillaud de Norvège

## La recette pour réussir ses repas en amoureux



# Dés de Saumon de Norvège

## aux trois sésames caramélisés

Scannez-moi !\*



A l'occasion de la Saint-Valentin, invitez les poissons de Norvège pour un délicieux moment de plaisir à deux ! Chics, légers, savoureux, faciles à préparer le saumon et le cabillaud de Norvège sont parfaits pour un «duo-dîner» aux accents 100% plaisir.



TEMPS DE PREPARATION

2  5 min.

Pour une vingtaine de pièces

- 1 pavé de saumon de Norvège
- 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
- 4 cuillères à soupe de sucre en poudre
- 2 cuillères à soupe de miel liquide
- Graines de sésame de différentes couleurs
- Sel et poivre



### ■ Saumon de Norvège

C'est parce qu'il évolue dans un cadre de vie parmi les plus sains du monde, que le saumon de Norvège vous garantit fraîcheur et qualité. Les fermes aquacoles des saumons de Norvège sont installées dans les eaux pures et limpides des fjords.



- Sa belle chair rose et ferme, particulièrement savoureuse et facile à préparer car elle se tient bien à la cuisson, fera fondre de plaisir les amoureux gourmets et gourmands
- Et puisque quand on aime, on ne compte pas : retrouvez le saumon de Norvège en filets, en pavés, en dés...

### ■ Cabillaud de Norvège

Le cabillaud «Skrei» est un véritable produit de saison, disponible seulement en Norvège de février à avril. Ce poisson d'exception est pêché alors qu'il effectue sa migration annuelle vers l'archipel des Lofoten, lieu de sa reproduction. Les Norvégiens le nomment poisson de l'amour et le dégustent traditionnellement à la Saint-Valentin.



- C'est grâce au long voyage qu'il effectue que la chair du Skrei est ferme, fine, délicate et d'une blancheur nacrée, pour le plus grand bonheur des amateurs de poisson !



- Otez la peau du pavé de saumon de Norvège puis le couper en dés de 1 cm à 1,5 cm de côté. Faites chauffer le sucre et le miel liquide dans une poêle, quand le mélange caramélise, ajoutez le vinaigre balsamique et poursuivez la cuisson encore 2 min. à feu moyen. Ajoutez les dés de saumon de Norvège à la préparation afin qu'ils en soient nappés.
- Stoppez la cuisson et roulez les dés de saumon de Norvège dans les graines de sésame. Puis déposez-les sur une grille pour que le caramel refroidisse. Versez-les dans un bol de présentation. Salez et poivrez. Servir immédiatement.

**ASTUCE**  
Accompagnez ces pièces d'un petit bol de sauce soja afin de les tremper lors de la dégustation. Dans ce cas, ne pas saler les dés de saumon de Norvège après cuisson. Prévoyez des cure-dents.

### Plus d'info sur le code 2 D !

\* Télécharger gratuitement le lecteur de code 2D sur l'application store de votre smartphone (cherchez : lecteur QR CODE). Lancez le lecteur de code 2D. La caméra s'ouvre automatiquement. Sur certains téléphones, le tag est reconnu immédiatement. Sur d'autres modèles, il faut le photographier.

Astuce : approchez lentement le téléphone vers le tag, celui-ci doit être au milieu de l'écran. Nécessite une connexion 3G.

Que boire avec ? Riesling d'Alsace Grand Cru

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. A CONSOMMER AVEC MODÉRATION.