

Grosse salade, saumon et rascasses poêlés, Coppa et copeaux de Parmesan



Catégorie
Plat



Personnes
4 personnes



Temps préparation
20 minutes



Temps de cuisson
7 minutes



Ingrédients

300 g de mesclun
400 g de filet de saumon
400 g de filet de rascasse
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
4 tranches de coppa
200 g de [Parmesan](#) entier

Pour la vinaigrette:

8 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
1/2 botte de ciboulette
Sel et poivre

Préparation

Lavez et essorez la salade. Lavez, essorez et ciselez la ciboulette. Préparez la vinaigrette en mélangeant le vinaigre balsamique, le sel, le poivre, l'huile d'olive et la ciboulette.

Faites cuire les filets de poisson 2 minutes de chaque côté dans une poêle anti-adhésive avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Réservez sur un papier absorbant.

Faites poêler la coppa 1 minute de chaque côté et réservez.

Faites les copeaux de Parmesan à l'aide d'un couteau économe

Dressez sur chaque assiette, la salade, les filets de poisson, les tranches de coppa et arrosez avec la vinaigrette.

Servez aussitôt.

Cette recette vous est proposée sur le blog du site Androuet par l'utilisateur **Martine de Albizzi**.

Vos commentaires: