

Pavé de saumon à l'avocat et à la salsa de mangue



40 minutes



320/portion



2 personnes



Oméga 3
Bonnes graisses
Vitamine C

Ingrédients



2 pavés de saumon



1 avocat



1 mangue



1/2 oignon rouge



Un petit bouquet de coriandre fraîche



Jus d'1 citron



Sel et poivre, selon votre goût

Étapes

Faire cuire le pavé de saumon au four avec un filet d'huile d'olive.

Pendant ce temps, préparer une salsa en mélangeant de l'avocat, de la mangue et de l'oignon rouge finement découpés en dés.

Ajouter de la coriandre fraîche hachée et du jus de citron.

Assaisonner avec du sel et du poivre.

Servir le pavé de saumon accompagné de la salsa de mangue.