Filet de saumon *express & brocolis*

10 min
Préparation

330 kcal
/personne

2
Personnes

Les ingrédients

Filets de saumon	2
Brocolis surgelés ou frais	300 g
Jus de citron	1 c.à.s
Huile d'olive	2 c.à.c

La préparation

1. Cuire le saumon à la poêle 3-4 min de chaque côté.
2. Réchauffer les brocolis.
3. Arroser le tout de citron et d'huile d'olive.

Source de fibres

Riche en protéines

Oméga-3