

Burger de saumon

préparation 25 minutes / **cuisson** 6 minutes / **portions** 4

454 g	(1 lb) de filet de saumon sans la peau, coupé en 4 pavés (note ci-dessous)
15 ml	(1 c. à soupe) de jus de citron
15 ml	(1 c. à soupe) de moutarde à l'ancienne
30 ml	(2 c. à soupe) d'huile d'olive
4	pains à hamburger
1	recette de sauce tartare (recette ci-contre) ou de mayonnaise
4	feuilles de laitue Boston ou frisée
2	concombres libanais non pelés, tranchés finement
	Sel et poivre

1 Sur une assiette, déposer les pavés de saumon. Les arroser de jus de citron et les badigeonner de moutarde. Saler et poivrer.

2 Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, dorer le saumon dans l'huile environ 6 minutes, en le retournant à mi-cuisson, ou jusqu'à ce qu'il soit cuit. Éponger sur du papier absorbant au besoin.

3 Dans la même poêle nettoyée, griller les pains.

4 Tartiner les pains de sauce tartare ou de mayo. Déposer les feuilles de laitue, ajouter le saumon et répartir les concombres sur un pain. Refermer les pains.

SOIS PRÉVOYANT!

Au moment de couper le saumon en pavés (gros morceaux), assure-toi que ceux-ci n'ont pas d'arêtes et qu'ils sont de la même grosseur que le pain.

Sauce tartare

préparation 5 minutes / **rendement** environ 150 ml (¾ tasse)

125 ml	(½ tasse) de mayonnaise
15 ml	(1 c. à soupe) de jus de citron
15 ml	(1 c. à soupe) de moutarde à l'ancienne
15 ml	(1 c. à soupe) de relish
15 ml	(1 c. à soupe) de cornichons sucrés hachés finement

1 Dans un bol, mélanger tous les ingrédients. Conserver la sauce au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

2 Parfaite pour accompagner le burger de saumon ou des filets de poisson.