



FILET DE SAUMON  
ET CUBES DE  
POMMES DE TERRE  
ET PATATES DOUCES

# FILET DE SAUMON ET CUBES DE POMMES DE TERRE ET PATATES DOUCES

## Ingrédients

pour 4 à 6 personnes :

### Cubes de pommes de terre colorées

- ▶ 2 patates douces, coupées en dés d'env. 1x1 cm
- ▶ 3 pommes de terre à chair ferme, coupées en dés d'env. 1x1 cm
- ▶ 2 cuillères à café sel
- ▶ Huile de tournesol
- ▶ Poivre, fraîchement moulu
- ▶ Persil haché

### Filets de saumon

- ▶ 4 filets de saumon
- ▶ 1 pincée Sel
- ▶ Huile de tournesol
- ▶ Poivre, fraîchement moulu

## Préparation des cubes de pommes de terres et patates douces :

Préchauffer une poêle et ajouter l'huile, les dés de patates douces et de pommes de terre et le sel.

- > Cliquer sur les 3 petits traits qui ouvrent le MENU.
- > Sélectionner « Cuisson assistée ».
- > Sélectionner « Pommes de terre », puis « Frit à partir de cru », puis « chaleur poêle moyen 3 ».
- > Comme indiqué par la plaque induction, poser une poêle sur la zone concernée pour commencer à cuisiner.

## Préparation des filets de saumon :

Préchauffer une poêle et assaisonner les filets de saumon des deux côtés avec un peu de sel.

- > Cliquer sur les 3 petits traits qui ouvrent le MENU.
- > Sélectionner « Cuisson assistée ».
- > Sélectionner « Poisson et fruits de mer », puis « Saumon », puis « Poêler » puis « chaleur poêle moyen 2 ».
- > Comme indiqué par la plaque induction, poser une poêle sur la zone concernée pour commencer à cuisiner.

