Wok de saumon, carotte et céleri rave au miel

Temps de préparation : 25 minutes
Temps de repos : 2h
Temps de cuisson : 5 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 4oog de pavés de saumon
- 100g de céleri-rave
- 100g de carotte
- 2 c à soupe d'huile de sésame
- 2 c.à soupe de miel
- 4 c à soupe de soja
- 1 c à soupe de sésame doré
- 1 dizaine de brins de coriandre

Préparation de la recette :

Dans un plat creux, mélangez le miel, la sauce soja, l'huile de sésame.

Nettoyez les pavés de saumon sous l'eau froide et séchez-les à l'aide d'un papier absorbant. Retirez la peau et détailler les pavés de saumon en gros dés, déposez-les dans la marinade. Filmez et réservez au moins 2 h au réfrigérateur.

Pendant ce temps, épluchez la carotte et le céleri. Avec un épluchеur à julienne ou une mandoline munie d'un peigne à julienne. Détaillez les légumes en spaghettis.
A défaut de ces ustensiles, utilisez une râpe à gros trous et râpez les légumes.

Egouttez légèrement le saumon. Déposez-le dans un wok avec les spaghettis de légumes et 4 à 5 c .à soupe de marinade, faites sauter le tout quelques minutes sur feu vif.

Parsemez des graines de sésames et de la coriandre préalablement lavée et ciselée, servez avec du riz noir par exemple.