



Saumon rôti alla puttanesca

200 g de haricots verts fins,
équeutés
6 oignons verts, coupés en trois
dans la hauteur (75 g)
200 g de tomates cerises de
couleurs variées, coupées
en deux
6 pavés de saumon avec la peau
(environ 720 g)
Sel et poivre noir

Huile parfumée
8,5 cl d'huile d'olive
8 anchois, finement hachés
2 ½ c. à s. de concentré de tomates
1 c. à c. de flocons de piment
2 c. à c. de graines de coriandre,
grossièrement pilées
8 gousses d'ail, tranchées
très finement
2 citrons confits : retirez la chair
et détaillez la peau en julienne
(20 g)
2 c. à c. de sirop d'érable

Salsa
60 g d'olives de Kalamata
dénoyautées, coupées en deux
60 g de câpres, grossièrement
hachées
1 citron confit : retirez la chair
et détaillez la peau en julienne
(10 g)
10 g de feuilles de basilic,
grossièrement hachées
10 g de feuilles de persil,
grossièrement hachées
2 c. à s. d'huile d'olive
2 c. à c. de jus de citron

Si vous faites infuser l'huile parfumée la veille, vous pourrez préparer un dîner en 20 min à peine. Succès garanti avec cette combinaison gagnante d'une cuisson hyper-simple et de saveurs intenses (vive la puttanesca!).

Pour 4 personnes

Commencez par préparer l'huile parfumée. Mélangez dans une petite sauteuse l'huile, les anchois et le concentré de tomates, puis faites chauffer le tout à feu moyen. Laissez ensuite frémir doucement pendant 5 min, en remuant de temps en temps. Incorporez les flocons de piment et la coriandre, puis laissez cuire encore 1 min, jusqu'à ce que le mélange embaume. Retirez du feu et ajoutez l'ail, le citron confit et le sirop d'érable. Remuez une dernière fois, puis laissez refroidir.

Préchauffez le four à 240 °C (chaleur tournante 220 °C).

Déposez les haricots, les oignons verts et les tomates sur une grande plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Arrosez les légumes avec 3 cuillerées à soupe d'huile parfumée, puis assaisonnez-les avec ¼ de cuillerée à café de sel et poivrez généreusement. Mélangez et enfournez pour 12-13 min, jusqu'à ce que les légumes commencent à s'assouplir et à se colorer. Pendant ce temps, placez les pavés de saumon sur une assiette, puis nappez-les uniformément avec le reste d'huile parfumée que vous étalez à la cuillère (avec les ingrédients solides). Quand les légumes ont commencé à se ramollir, déposez les pavés de saumon sur la plaque de cuisson et enfournez de nouveau pour 8 min. Sortez la plaque du four et laissez reposer 5 min.

Pendant ce temps, mélangez les ingrédients de la salsa dans un bol et poivrez généreusement. Versez la moitié de ce mélange sur le saumon. Servez le poisson chaud ou à température ambiante, en proposant le reste de la salsa à part.