



Poissons

# Saumon lomi-lomi



<b>10h20</b>	<b>20 min</b>	<b>0</b>	<b>10h</b>	<b>277</b>
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISON	REPOS	CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

## Ingrédients pour la marinade

400 g **Filet(s) de saumon**  
200 g **Gros sel**  
1 **Glaçon(s)**

## Ingrédients pour la garniture

200 g **Ananas**  
50 g **Oignon(s) rouge(s)**  
1 **Oignon(s) nouveau(x)**  
1 botte(s) **Ciboulette**  
2 c. à soupe **Huile d'olive**  
1 **Sel**  
1 **Poivre**

## Ingrédients pour le dressage

4 feuille(s) **Salade(s)**

## Étape 1

Préparation de la marinade

- 1 Placer le saumon et le gros sel dans un sac de congélation. Fermer le sac et masser le poisson pendant 1 minute pour que sel pénètre bien la chair.
- 2 Entreposer au frais pendant 8 heures.
- 3 Retirer le saumon du sac et le rincer sous le robinet. Faire dessaler le poisson en le trempant dans un saladier d'eau additionnée de glaçons. Changer l'eau toutes les 30 minutes.

## Étape 2

Préparation de la salade

- 1 Egoutter le saumon et le sécher avec du papier absorbant puis le couper en cubes de la taille d'une bouchée à l'aide d'un couteau de chef.
- 2 Peler l'ananas à l'aide d'un couteau à dents. Oter le coeur central à l'aide d'un vide-ananas puis couper la chair en petits dés à l'aide d'un couteau de chef.
- 3 Ciseler l'oignon rouge, l'oignon nouveau et la ciboulette à l'aide d'un couteau éminceur.
- 4 Mélanger dans un saladier les cubes de saumon,

l'ananas et l'oignon rouge, l'oignon nouveau et la ciboulette.

- 5 Saler peu et poivrer, puis verser l'huile d'olive. Mélanger délicatement à l'aide d'une cuillère à soupe.

### **Étape 3**

#### Dressage

- 1 Tapisser le fond des assiettes avec des feuilles de salade.
- 2 Garnir de saumon lomi-lomi et déguster très frais.