

Saumon grillé mariné

durée totale **60 min.** 60 min. temps de préparation

INGRÉDIENTS

4 portions

- 800 g** de filet de saumon avec la peau
- 1** orange
- 4 càs** d'huile d'olive
- 2 càs** Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman
- 4** Ponzu - un Mélange de Sauce Soja et Vinaigre, goût Citron Kikkoman
- Mélange d'herbes fraîches de votre choix : coriandre, persil, menthe

Légumes grillés :

- 200 g** de tomates cerises
- 200 g** de courgettes jaunes
- 100 g** d'oignons rouges
- 7** champignons de Paris
- Poivre noir
- 3 càs** Ponzu - un Mélange de Sauce Soja et Vinaigre, goût Citron Kikkoman
- 3 càs** d'huile d'olive
- 4 càc** d'origan séché

Pastèque grillée :

- 4 tranches** de pastèque
- Ponzu for sprinkling
- Ponzu - un Mélange de Sauce Soja et Vinaigre, goût Citron Kikkoman

PRÉPARATION

Étape 1

Râper la peau de l'orange avec une râpe fine et mettre de côté. Couper l'orange en deux et presser le jus dans un plat, ajouter la sauce soja Kikkoman et la sauce Ponzu et bien mélanger. Couper le saumon en morceaux de 200 g. Les disposer dans le plat avec la marinade (avec la peau sur le dessus) et faire mariner 30 minutes.

Étape 2

Préparer la sauce pour les légumes : mélanger la sauce Ponzu avec l'huile d'olive, l'origan et le poivre. Couper les tomates cerises en deux, tailler les courgettes et les oignons en tranches et les disposer sur une barquette pour barbecue avec les champignons. Arroser le tout d'un filet de sauce et faire griller des deux côtés quelques minutes. Placer les tranches de pastèque directement sur le gril et arroser d'un filet de sauce Ponzu.

Étape 3

Sortir le saumon de la marinade et l'essuyer avec du papier absorbant. Le mettre sur le gril (avec la peau en dessous) et faire griller jusqu'à ce qu'il soit croustillant, retourner et faire griller 2-3 minutes de l'autre côté. Servir avec les légumes grillés et la pastèque.