

...Pavés de saumon laqués au miel, piment et sésame

Publié Par *Anne* Sur 10 février 2023 @ 12 h 50 min Dans Poissons | [34 commentaires](#)

Je suis archi fan de l'association **miel et piment**. Mais il faut bien apporter de l'acidité et du sel sinon cela ne le fait pas je trouve, surtout si comme moi vous aimez l'acide (en cuisine, je précise 😊).

Si vous êtes ultra fan de saveurs pimentées vous pouvez rajouter dans la préparation qui sert à laquer le saumon quelques gouttes de [sauce Sriracha](#). Mais sinon, juste la recette telle quelle, c'est top ! #AutoCongratulation 😊 .

Ingrédients

Pour 4 personnes :

4 pavés de **saumon** (environ 150 g chacun)

25 g de **miel**

2 gousses d'ail

1 pincée de sel

3 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à soupe de paprika

1 cuillère à café rase de **piment d'Espelette**

Et après cuisson :

1 citron

1 cuillère à soupe de graines de sésame

Préparation

Ôtez la peau des pavés de saumon. Si besoin désarêtez-le. Déposez les pavés sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé.

Epluchez les gousses d'ail et râpez-les. Mettez-les dans petit bol. Ajoutez le sel, le miel, mélange puis ajoutez le paprika, le piment et l'huile d'olive. Si vous aimez une sauce bien piquante, vous pouvez ajouter 3 gouttes de sauce Sriracha.

Badigeonnez les pavés de saumon de cette préparation et enfournez-les dans un four préchauffé à 200°C pour 10 minutes de cuisson, chaleur tournante.

A la sortie du four, saupoudrez les pavés de graines de sésame et arrosez-les de jus de citron.

Servez avec du riz, une salade de fenouil, des pommes vapeur etc.

Bon appétit !