



PLAQUE DE SAUMON ET CHOUX DE BRUXELLES À L'ÉRABLE, PANCETTA ET CITRON

Portions 4

Préparation 20 minutes

Cuisson 25 minutes

Particularités

Un repas rapide et savoureux! C'est certain qu'avec un peu de sirop d'érable et le piquant de l'harissa ce saumon vous séduira. Une belle recette de semaine ou pour recevoir simplement!



INGRÉDIENTS

Sauce à l'érable

- 1/4 tasse (60 ml) de [sirop d'érable doré, pour son goût délicat](#)
- 3 c. à soupe (45 ml) de moutarde à l'ancienne
- 2 gousses d'ail, hachées
- 2 c. à soupe (30 ml) de jus de citron
- 1/4 tasse (60 ml) d'huile d'olive
- 1/2 c. à thé (2,5 ml) de thym séché
- 1 c. à thé (5 ml) de paprika
- 1 c. à soupe (15 ml) de sauce piquante harissa
- 1/2 c. à thé (2,5 ml) de sel
- Poivre, au goût

Choux de Bruxelles à l'érable

- 175 g de pancetta en dés
- 5 tasses (1,25 L) de choux de Bruxelles coupés en deux ou en 4 selon la grosseur
- 1 citron tranché finement
- 4 échalotes françaises en quartiers

Saumon

- 4 filets de saumon
- Sel et poivre, au goût
- 1/3 tasse (80 ml) de feuilles de persil, pour garnir
- Graines de grenade, pour garnir (facultatif)

PRÉPARATION

Sauce à l'érable

1. Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients de la sauce. Réserver 1/4 tasse (60 ml) pour badigeonner les filets de saumon.

Choux de Bruxelles à l'érable

1. Préchauffer le four à 425°F et tapisser une plaque à biscuits de papier parchemin.
2. Ajouter la pancetta, les choux de Bruxelles, le citron et les échalotes dans le grand bol et mélanger afin de bien enrober les choux de Bruxelles de la sauce. Déposer sur la plaque à biscuits et cuire au four 8 minutes.

Saumon

1. Badigeonner les filets de saumon de la sauce réservée et les déposer sur la plaque. Poursuivre la cuisson encore 15 minutes. Garnir de feuilles de persil et de graines de grenade, si désiré.

MES RECETTES D'ÉRABLE

Toutes nos recettes d'érable sont incroyables! Il ne faudrait pas en manquer une! Pour voir la section complète et notre éventail de recettes,



[Voir toutes nos recettes d'érable!](#)