

**INGREDIENTS**

250g de blancs de poireaux
30ml d'eau froide
2 darnes de saumon

Sauce:

15ml de jus de citron
15ml de sucre
15ml de marsala
1 gousse d'ail hachée
30ml de sauce yakitori épaisse ou 30ml de sauce soja sucrée.

TUPPERWARE

Cuillère à mélange
MicroCook Rond 2,25 l
Extra chef

LA RECETTE

Coupez les blancs de poireaux en 2, rincez -les et émincez-les finement. Disposez-les dans le microcook rond 1.5l avec de l'eau et faites cuire couvert, 7mn30 à 600watts.

Préparez la sauce dans le Shaker, mettre tous les ingrédients de la sauce et shaker.

Ouvrez le Microcook rond 1.5l ,posez les darnes de saumon sur les blancs de poireaux,arrosez avec le mélange du shaker et faites cuire couvert 6mn à 600watts.

Laissez reposer 5mn et servez.

c'est prêt!!!

