Saumon laqué aux nouilles et aux poireaux

Temps de préparation
< 30 min

Difficulté
Moyenne

Ingrédients

4 cuillères à soupe de sauce soja
1 cuillère à soupe de miel
4 cuillères à soupe d'huile d'arachide
4 filets de saumon
1 paquet de nouilles soba (ou autres nouilles)
1 tige de gingembre (émincé)
1 poivron vert (en morceaux)
2 tiges de poireaux (en rondelles)
2 gousses d'ail (émincées)
herbes fraîches (p. ex. ciboulette ou coriandre)
1 cuillère à soupe de graines de sésame

Méthode de préparation

1. **Préchauffez le four à 180 °C.**
2. **Dans un petit bol, mélangez 2 cuillères à soupe de sauce soja, le miel et 1 cuillère à soupe d’huile d’arachide.**
3. **Placez les filets de saumon dans un plat de cuisson et badigeonnez-les avec le mélange. Faites-les cuire pendant 12 minutes dans un four préchauffé à 180 °C. À mi-cuisson, badigeonnez-les à nouveau avec le mélange.**
4. **Faites cuire les nouilles selon les indications sur l’emballage. Égouttez-les et réservez-les.**
5. **Dans un wok, faites revenir le gingembre, le poivron vert et les poireaux dans de l’huile bien chaude. Après quelques minutes, ajoutez l’ail et le reste de la sauce soja. Mélangez bien. Ajoutez les nouilles.**
6. **Servez le saumon avec les nouilles et garnissez d’herbes fraîches et de graines de sésame.**