Poké bowl au saumon

Temps de préparation
30 min à 1h

Difficulté
Facile

Ingrédients

2 tasses de riz
sel
400 grammes de filets de saumon
4 cuillères à soupe de sauce soja
4 centimètres de gingembre frais (râpé)
2 cuillères à soupe de graines de sésame
1 noisette de beurre
200 grammes d'épinards (nettoyés et hachés)
sel et poivre
noix de muscade
2 tasses d'edamame (surgelés ou autres fèves, préparés selon les indications sur l’emballage)
1 mangue (épluchée et coupée en dés)
coriandre

Méthode de préparation

1. **Faites cuire le riz dans de l’eau légèrement salée, selon les indications sur l’emballage. Laissez-le refroidir et servez-le dans 4 assiettes creuses.**

2. **Coupez le saumon en dés et mélangez-le avec la sauce soja, le gingembre et les graines de sésame.**

3. **Laissez fondre une noix de beurre dans une poêle et faites-y étuver les épinards. Assaisonnez de sel, de poivre et de noix de muscade. Laissez-les bien égoutter.**

4. **Répartissez le saumon sur le riz. Garnissez les bowls d’edamame, d’épinards, de mangue et de coriandre.**