

## Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les  
recettes

# Purée de radis noir et filet de saumon mariné au gingembre



[radis noir](#) [arthrose](#) [poisson](#)



Imprimer



Commenter

Préparation: **15 min**

### Ingrédients Pour 4 personnes

- 4 pavés de saumon
- 2 petits radis noir
- 4 grosses pommes de terre
- 50 g de gingembre frais (1 tête moyenne)
- 1 bouquet de persil plat

- Quelques brins de ciboulette fraîche
- 25 cl Lait de coco
- 1 c. à s. de tamari
- 3 c. à s. d'huile d'olive
- 1 c. à c. d'huile de sésame
- 1 petite c. à c. de nuoc-mâm
- 1 pincée de coriandre en poudre
- 1 pincée d'ail en poudre
- 1 pincée de gingembre en poudre
- 1 pincée de paprika en poudre
- Fleur de sel et poivre

1. Remplissez un quart de la cuve du Vitaliseur d'eau et portez à ébullition.
2. Épluchez le gingembre et coupez-le en lamelles
3. Dans un récipient déposez le filet de saumon avec une partie du gingembre et le tamari, les huiles, le nuoc-mâm et les épices en poudre. Réservez et laissez le poisson mariner pendant 30 minutes.
4. Épluchez les pommes de terre et le radis noir puis coupez-les en petits dés. Posez-les sur le tamis du Vitaliseur pour 15 minutes de cuisson.
5. Pendant ce temps faites infuser le reste de gingembre en lamelles dans le lait de coco.
6. Mixez les légumes jusqu'à l'obtention d'une purée lisse en utilisant le lait de coco infusé. Assaisonnez.
7. Posez une feuille de papier cuisson sur le tamis du Vitaliseur. Déposez le saumon et laissez-le cuire pendant environ 3 minutes.
8. Filtrez le jus de la marinade et réservez. Ciselez la ciboulette et le persil plat et réservez.
9. Dressez en commençant par la purée, le saumon puis les herbes. Terminez en versant quelques gouttes du jus de la marinade.

*Le radis noir ... On adore ou on aime pas ! Mais dans cette recette ce radis fait bien l'unanimité !*

*Retrouvez cette recette dans le magazine 95° #18 (janvier février 2019), spécial bouillons et arthrose.*

[Pesto d'orties sauvages](#)

[Pavés de bœuf aux échalotes](#)

[Cabillaud aux pleurotes](#)

[Boulettes de sarrasin et tagliatelles de carotte](#)

[Mon compte](#)

[Recettes](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[+33 \(4\) 94 01 22 61](#)

[Mon compte](#)

[Recettes](#)

[Notre histoire](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[Facebook](#)

[Pinterest](#)

[Instagram](#)

