

# SAUMON RÔTI AU MISO, À L'ÉRABLE ET AUX CAROTTES ET LÉGUMES-RACINES DE L'ONTARIO

Cette recette est très simple, mais vous surprendra avec son goût plein de complexité. Le mélange des saveurs est salé, sucré et légèrement épicé. Votre saumon, frotté avec la marinade de miso, érable et carotte se mariera parfaitement avec les légumes-racines, terreux et sucrés



Rendement: 1 portion



Temps de préparation: 30 minutes



Temps de cuisson : 1 minute

## Ingrédients

2 cuillères à thé de marinade de miso à l'érable et aux carottes

Un filet de saumon d'environ 5 oz

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

3 gros topinambours coupés en dés

¼ de céleri-rave coupé en dés

2 carottes coupées en rondelles

## Préparation

- 1- Préchauffer le four à 400°F.
- 2- Faire bouillir une grande casserole d'eau salée.
- 3- Mettre tous les légumes-racines dans l'eau et laisser mijoter pendant 10 minutes.
- 4- Égoutter les cubes de légumes et les déposer sur une plaque à pâtisserie. Ajouter l'huile d'olive, saler et mettre au four pendant 30 minutes.
- 5- Après avoir mis les légumes au four, frotter le saumon avec la marinade et mettre au réfrigérateur pendant 30 minutes.
- 6- Déposer le saumon sur une plaque à pâtisserie antiadhésive ou sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, puis mettre au four et cuire pendant 7 minutes.
- 7- Pendant les 3 dernières minutes, placez le four à broil bas (si vous n'avez pas cette option, mettez le four à broil pendant 1 minute).
- 8- Placer les légumes sur une assiette, puis disposer le saumon sur le dessus.