



# Filets de saumon rôtis et glacés à la moutarde



**Temps de préparation**

> 1h



**Difficulté**

Moyenne



## Ingrédients

4 cuillères à soupe d'huile d'olive  
2 gousses d'ail (émincées)  
6 filets de saumon  
2 cuillères à soupe de moutarde à l'ancienne  
1 jus d'orange (grosse, le jus)  
2 cuillères à soupe de miel liquide  
sel et poivre

## Méthode de préparation

- 1.** Faites chauffer l'huile d'olive dans un poêlon et ajoutez l'ail. Retirez du feu et laissez infuser pendant 30 minutes. Filtrez l'huile d'olive et versez-la sur une lèchefrite.
- 2.** Disposez les filets de saumon sur la lèchefrite. Salez et poivrez.
- 3.** Dans un bol, mélangez la moutarde à l'ancienne, le jus d'orange et le miel. Versez-en quelques gouttes sur les filets de saumon. Placez la lèchefrite pendant 25 minutes dans un four préchauffé à 180 °C. Badigeonnez le saumon à mi-cuisson avec le glaçage restant sur la lèchefrite. Utilisez un pinceau de cuisine