



Saumon grillé au Zaatar, yogourt aux herbes et oignons marinés

[POISSONS](#) - [RECETTES](#) - [REPAS](#) - [SANDWICHES](#)



NOMBRE DE PORTION : 4

TEMPS DE PRÉPARATION : 20 MIN

TEMPS DE CUISSON :

15 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- 1 oignon rouge, émincé
- 125 ml (1/2 tasse) de vinaigre de cidre
- 125 ml (1/2 tasse) d'eau
- 30 ml (2 c. à soupe) de sucre
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) de sel
- 454g (1lb) de saumon d'Atlantique frais (coupe du centre, de préférence)
- 25 ml (5 c. à thé) d'huile d'olive, divisées
- 10 ml (2 c. à thé) de Zaatar
- 250 ml (1 tasse) de yogourt de chèvre nature (ou de yogourt grec nature)
- 60 ml (1/4 tasse) d'herbes fraîches hachées, au goût (ciboulette, persil plat, basilic, coriandre, etc.)
- 2 citrons
- 4 pains naan
- 500 ml (2 tasses) de roquette
- Sel et poivre du moulin

Préparation

1. Dans une petite casserole, porter à ébullition le vinaigre de cidre, l'eau, le sucre et le sel. Ajouter les oignons émincés et retirer du feu. Laisser reposer pendant 30 minutes et réfrigérer (les oignons marinés peuvent être préparés à l'avance, et se conservent pendant au moins 2 semaines au frigo).
2. Préchauffer le BBQ à feu moyen-élevé. Bien broser, nettoyer et huiler les grilles. Badigeonner le saumon avec 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive. Assaisonner de sel et de poivre, puis enrober de Zaatar. Déposer ensuite le saumon sur les grilles du BBQ. Cuire de 8 à 10 minutes, ou jusqu'à ce que le saumon atteigne la cuisson désirée (idéalement, rosée à cœur). Laisser reposer pendant 5 minutes avant de défaire le saumon en morceaux à l'aide d'une fourchette. Réserver.
3. Pendant ce temps, dans un bol, mélanger le yogourt, les herbes, le jus et le zeste de 1 citron. Poivrer et réserver.
4. Griller les pains naan au BBQ de 1 à 2 minutes par côté, ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Réserver.
5. Au moment de servir, touiller la roquette avec un filet de jus de citron et l'huile d'olive restante. Saler légèrement, poivrer et réserver.
6. Badigeonner chaque naan grillé de yogourt aux herbes. Ajouter ensuite les morceaux de saumon, quelques oignons marinés et la roquette. Servir aussitôt, avec des quartiers de citron.