

Blé au saumon et aux lardons

Ingrédients pour 6 personnes

300 g blé cru (3 verres)
100 g lardons fumés en dés
1 boîte saumon de 120 g
700 ml eau
sel et poivre

Préparation : 10 mn Cuisson : 20 mn

Dans une poêle, faites revenir les lardons sans matière grasse.

Ajoutez le blé et laissez-le dorer environ 5 minutes à feu moyen.

Versez l'eau et ajoutez le saumon émietté, salez et poivrez.

Faites cuire environ 20 minutes à feu moyen jusqu'à évaporation de l'eau.

Classification: pâtes/riz (plat), facile (difficulté), 1/3 (toques)

Origine: nestle.fr

Date: 21.03.2006

Enregistré par: démo