

Sandwich au saumon, au bacon et à l'avocat



6 portions

Ingrédients

- 4 c. à table de jus de lime fraîchement pressé
- 5 c. à table d'huile d'olive et un peu plus pour graisser le plat
- ¼ c. à thé de moutarde de Dijon et un peu plus pour tapisser le plat
- ½ c. à thé de sirop d'érable ou de miel
- 2 c. à thé de sel de mer
- 2 c. à thé de poivre noir fraîchement moulu
- ¼ tasse d'oignon rouge, effilé ou émincé
- 3 c. à table de chipotle en sauce adobo
- ½ c. à thé de cumin moulu
- 3 gousses d'ail, pressées ou finement hachées
- 3 filets de saumon (170 g chacun)
- 12 tranches de bacon
- 3 tasses de jeune laitue
- 12 tranches de pain multigrain ou de pain de votre choix
- 2 avocats mûrs, coupés en deux, dénoyautés et dont la chair a été enlevée, puis coupée

Préparation

1. Préchauffer le four à 400 °F.
2. Dans un bol de taille moyenne, mélanger 2 c. à table de jus de lime fraîchement pressé, 3 c. à table d'huile d'olive, la moutarde de Dijon, le sirop d'érable, 1 c. à thé de sel et 1 c. à thé de poivre.
3. Incorporer les oignons, mélanger et laisser reposer pour

Sandwich au saumon, au bacon et à l'avocat

que les morceaux d'oignons macèrent pendant la préparation du reste des ingrédients.

4. Dans un bol de taille moyenne, mélanger le chipotle en sauce adobo, 2 c. à table de jus de lime fraîchement pressé, 2 c. à table d'huile d'olive, le cumin, l'ail, 1 c. à thé de sel et 1 c. à thé de poivre, jusqu'à l'obtention d'une consistance homogène.
5. Badigeonner un plat de cuisson d'huile d'olive, y placer le saumon et y verser le mélange de sauce chipotle, en l'étalant uniformément. Cuire au four de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que le saumon soit cuit, mais encore très humide. Retirer du four.
6. Dans une grande poêle ou une poêle à frire, cuire les tranches de bacon à feu moyen pendant 3 à 4 minutes de chaque côté, jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes et dorées. Transférer le tout sur une plaque recouverte d'une serviette en papier.
7. Une fois que les sandwiches sont sur le point d'être préparés, mélanger la vinaigrette avec les morceaux d'oignons rouges et incorporer la jeune laitue, puis mélanger. Griller le pain. Sur la tranche du dessous, placer un filet de saumon cuit, garnir de quelques tranches de bacon coupées en deux, d'une portion de jeune laitue et de 2 ou 3 tranches d'avocat, puis recouvrir avec l'autre tranche de pain pour compléter le sandwich.