

PELER UN FILET DE SAUMON

Inutile d'écailler: les écailles partent avec la peau ... et ne boucheront pas l'évier !!

Le rincer à l'eau "morte"

Décoller la peau à partir du milieu côté "tête"

Glissez les doigts entre peau et chair en vous écartant peu à peu vers les côtés à partir de l'arrête centrale

Il ne vous reste plus qu'à l'incorporer à votre recette, en pailotte, au four en gratin, coupé vos cubes en sauté avec une julienne de légumes ou en brochettes sur le barbecue !

Si vous avez trouvé un bon saumon sauvage ce sera bon !

