

## Instant « One Pot » Saumon, riz et légumes

Pavés de saumon surgelés  
Carottes entières (ici des carottes nantaises) ou autre(s) légume(s) ayant un temps de cuisson d'environ 5 minutes  
1 tasse de riz Uncle Ben's  
1 ½ tasse d'eau ou de bouillon de poulet  
1 c. à thé de beurre  
Assaisonnement au choix (ici 1-2 c. à table de beurre fondu avec mélange aneth, sel et ail



- Mettre le riz, le beurre et le bouillon (ou l'eau) dans l'Instant Pot. Bien mélanger.
- Installer le support en métal dans le riz (on peut également y mettre une marguerite) d'assaisonnement sur le saumon.
- Déposer les légumes par dessus.
- Fermer le couvercle, fermer la valve et régler l'Instant Pot pour 5 minutes en mode Manual/Pressure
- A la fin du temps de cuisson, relâcher la pression et ouvrir le couvercle lorsque la pression est complètement relâchée.
- Constater le miracle qui vient d'opérer dans votre Instant Pot
- Recommencer au besoin à toutes les semaines 😊