

Soupe au saumon

(Préparation + Cuisson: 37 minutes | Portions: 4)

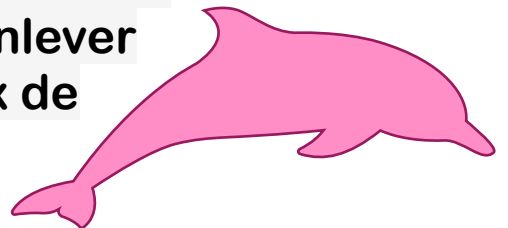


#44005969

#44002909

- 1 lb de filets de saumon
- 1/2 tasse de branche de céleri; haché
- 1/2 tasse d'oignon jaune; haché
- 1 c. à table d'huile de coco
- 1 tasse de carottes; pelées et hachées
- 1 tasse de chou-fleur; haché
- 2 c. à table de persil frais; haché
- 2 tasses de bouillon de poulet maison
- 1 1/2 tasse de crème demi-sel
- Sel et poivre noir fraîchement moulu;

Ajoutez 1 tasse d'eau à l'Instant Pot puis placer le support. Disposer une seule couche de filets de saumon sur le dessus du support. Sécurisez le couvercle et tournez la poignée de dégagement de pression à la position * Sealed *. Sélectionnez la fonction * Manual /Pressure* et cuire 9 m. Faire descendre la pression rapidement, Retirer le saumon, le trépied et l'eau du pot. Coupez le saumon en morceaux. Ajoutez maintenant l'huile de noix de coco dans l'Instant Pot et sélectionnez la fonction * Sauté * pour la cuisson. Ajouter le céleri, les carottes et les oignons dans la casserole et cuire 5 minutes en remuant de temps en temps. Ajouter le bouillon de poulet et le chou-fleur à l'instant pot, puis fixer le couvercle. Sélectionnez les paramètres * Manual / Pressure* avec une pression élevée pendant 8 minutes, après le bip sonore; faire une libération naturelle de la pression, enlever le couvercle et ajouter des morceaux de saumon avec du sel et du poivre à la soupe. Servir avec du persil saupoudré sur le dessus.



Traduit de

The Complete Instant Pot Cookbook: 500 Simple and Delicious Instant Pot Recipes For The Everyday Home | Complete Instant Pot Cookbook For Beginners. de Sophia Grace