

Recetas

Salmón cítrico

Ingredientes:

- 1 pza de Salmón
- Pimienta
- Sal
- Limón
- 4 cucharadas de Miel de Abeja
- 3 cucharadas de Jugo de Naranja ó media naranja exprimida
- 1 cucharadita de Mostaza
- 2 cucharadas de Ron
- 1 diente de Ajo
- Aceite
- 1 pedazo de Cebolla
- 1 cucharadita de Mantequilla

Direcciones:

Lo primero que tienes que hacer es poner el Salmón con sal y pimienta para tenerlo listo

Para el Gravy:

Agrega en un recipiente pequeño 4 cucharadas de miel, 1 cucharadita de mostaza, exprimir medio de limón, 3 cucharadas de jugo de naranja, 2 cucharadas de ron, un poco de sal y pimienta.

Preparación:

1. Precalienta la sartén, agrega el aceite y la mantequilla.
2. Pica el diente de ajo y la cebolla lo más fino posible, cuando la mantequilla y aceite estén calientes agrégalo como una cama. Espera a que dore.
3. Coloca el Salmón (de lado de la piel primero). Aproximadamente 5 a 7 minutos más tarde dale la vuelta.
4. Agregale el gravy, y deja que hierva. Debemos de estar bañando el Salmón con el gravy hasta que este en el grado de cocción que nos gusta.
5. Acompaña tu Salmón con puré de papa y verduras al dente. Utiliza el gravy que queda para bañar tu Salmón una vez que este emplatado.



Personas: 1

Tiempo preparación: 30 min.

Tiempo total: 40 min.