Salmón con salsa de naranja, puré de guisantes y espinacas

Categoria	Tempo de preparação	Dificuldade	Custo	Com quem?	Nº de pessoas
Peixe	Médio	Fácil	Medio	A dos	4 pessoas

Ingredientes

Al gusto: Gallo Aceite de Oliva Extra Virgen Reserva

- 4 filetes de salmón
- 200ml de zumo de naranja
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 500g de guisantes
- 2 ajos picados
- 1 cebolla picada
- 30ml de leche
- Espinacas, al gusto
- Pimienta rosa, al gusto
- Sal y pimienta, al gusto
- Cebollino, al gusto

Modo de preparación

1. Sazonar los filetes de salmón con el zumo de 2 naranjas, sal, pimienta y ajo en polvo. Reservar durante al menos 15 minutos.
2. Sofreír la cebolla y el ajo en una sartén. Añadir los guisantes y cocer unos 5 minutos. Sazonar con sal y pimienta al gusto.
3. Colocar en una licuadora y licuar con un poco de leche hasta obtener la consistencia deseada. Reservar.
4. Calentar un poco de aceite de oliva en una sartén antiadherente hasta que esté bien caliente. Cocina el salmón durante 3 minutos por cada lado o hasta que esté a tu gusto.
5. Servir en un plato con puré de guisantes, hojas de espinacas, hierbas al gusto, pimienta rosa en grano y un chorrito de aceite de oliva Gallo Reserva.

Produtos utilizados

Reserva

Aceite de Oliva Virgen Extra

Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide