Salmón a la naranja

Nombre de la receta

Salmón a la naranja

Tiempo

30 Minutos

Dificultad

Sencilla

Personas

4

Alérgenos

Pescado

Descripción

Lomos de salmón a la plancha con salsa de naranja

Ingredientes

- 4 lomos de salmón
- 1 cebolla grande
- 4 naranjas de zumo
- 2 cucharadas soperas de aceite de oliva
- al gusto de sal

Pasos

1 Para realizar esta sencilla y rica receta pondremos una sartén anti-adherente al fuego con una cucharada de aceite de oliva. Cuando se ha calentado, ponemos los lomos de salmón previamente salados a asar con la piel hacia arriba en primer lugar.

2 Cuando han pasado unos 3 minutos, les damos la vuelta y lo hacemos otros 3 o 4 minutos por el otro lado. Sacamos y reservamos.

3 En la misma sartén añadimos otra cucharada de aceite y ponemos a dorar la cebolla picada.

4 Cuando esta está pochada añadimos el zumo de las naranjas y lo hacemos a fuego bajo durante 3 o 4 minutos.

5 Pasado este tiempo lo ponemos un vaso de batidora y trituramos la salsa. La volvemos a colocar en el recipiente anterior. Echamos una pizca de sal y ponemos los lomos de bacalao. Con la ayuda de una cuchara echamos encima del bacalao. Probamos la salsa y si está un poco amarga añadimos una cucharada de azúcar. Probamos de sal y si está todo bien, ya tenemos lista nuestra rica y sencilla receta de salmón a la naranja.

Observaciones o consejos

Si hemos utilizado una cebolla bien grande, la salsa quedará espesita sin necesidad de añadirle un poco de

maicena para espesar. Esta receta la podemos acompañar con arroz blanco de guarnición.

Autor

Matilde Linares