

Salmão Aromatizado com Alho Poró

DIFICULDADE:4

TEMPO DE PREPARO:10 minutos

TEMPO DE COZIMENTO:15 minutos

INGREDIENTES:

- 2 alhos porós médios cortados
- 4 filets de salmão, mais ou menos 175g cada
- 6 colheres de sopa de azeite de oliva Filippo Berio
- 3 colheres de sopa coentro picado
- 1 colher de cheia de curry apimentado em pó
- 2 colheres de sopa de suco de limão
- sal, pimenta preta moída
- 4 caules de tomates cerejas

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Corte bem fininho o alho poró, e coloque em uma peneira larga e lave bastante em água corrente fria para remover qualquer aréola. Tire toda a água.

Corte 4 grandes quadrados de papel alumínio, coloque azeite de oliva e divida ao alho poró, colocando-os no centro do papel alumínio. Espalhe metade do coentro em cima. Coloque o filet de salmão em cima de cada papel alumínio e tempere.

Misture o restante do azeite, com o curry, o suco de limão, e coloque um pouco sobre o filet, e o alho poró. Tempere com sal e pimenta preta moída, e depois dobre o papel alumínio e feche bem.

Coloque as trouxinhas de papel alumínio em uma assadeira e asse por 15 minutos. Na metade do cozimento coloque os tomates na grelha e asse junto com o salmão (o tempo de cozimento vai depender da temperatura do grill e se o grill é aberto ou com tampa). Para cozinhar no forno, é preciso pré-aquecer na temperatura de 200 °C. Coloque as trouxinhas em uma assadeira e asse por 15 minutos. Abra uma das trouxinhas e teste o peixe para ver se está cozido usando a ponta de uma faca.

Remova as trouxinhas ou sirva imediatamente ou retire-as do papel alumínio. Espalhe o restante de alho poró sobre o peixe e sirva com os tomates. Ou se preferir deixe esfriar e sirva gelado.

CONSELHOS PARA A PREPARAÇÃO:

Pode ser servido quente, direto do grill, ou como se faz no leste do Mediterrâneo, que também fica uma delícia, deixe esfriar e sirva gelado.



Prepare com: Huile d'Olive pure