

Escalope de salmão grelhado



Ingredientes: 4 unidade de escalope de salmão
1 unidade de alho francês
1 unidade de cenoura sem casca
2 unidade de limões
0 unidade de sal (qb)

Instruções de preparação:

lave bem os legumes e corte-os em tiras finas. Cozinhe os legumes a vapor durante cerca de 5 minutos e coloque-os de seguida no fundo de uma assadeira. Seque os escalopes de salmão com papel de cozinha. Coloque os escalopes sobre uma grelha previamente aquecida, deixando cerca de 1 minuto de cada lado, para o peixe ficar com a marca da grelha. Coloque os escalopes sobre os legumes na assadeira. Salpique com grãos de sal a gosto e regue com o sumo dos limões. Leve ao forno pré-aquecido, por 10 minutos.

Sugestões Adicionais: