

# Salmón con gratinado de aguacate



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Lola Cocinilla **Recetizador:** carmen miranda



**Tiempo:** 1h y 15min

**Dificultad:** Intermedia

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Baja en colesterol

**Otros:** Cocina Creativa

**Coste:** Medio

**Descripción:**

## Ingredientes para 2 personas :

- 2 lomos de Salmón
- 2 Tomates grandes
- 1 Aguacate
- 1/4 Limón (zumo)
- 75 ml. Leche
- 4 cucharadas de Salsa de Soja
- 1 cucharadita de Azúcar
- 1 cucharadita de Jengibre en polvo
- Sal y Pimienta
- Aceite de oliva
- Agua

## Preparación:

### Paso 1

Preparar un aderezo con la salsa de soja, el aceite, el jengibre y el azúcar. Salpimentar los lomos de salmón, agregar el aderezo y dejar marinar entre 30 minutos y 1 hora.

### Paso 2

Pelar el aguacate y batir con la leche, un poco de sal, el zumo de limón y 2 cucharadas de aceite.

### Paso 3

Marcar los lomos en aceite, 1 minuto por cada lado a fuego fuerte. Reservar el aderezo.

**Paso 4**

*Poner los tomates en agua hirviendo durante 1 minuto. Sacarlos, pelar, trocear y reservar.*

**Paso 5**

*Poner los lomos en una fuente de horno. Cubrir los lomos con la salsa de aguacate y meter en el horno a gratinar unos 10 minutos.*

**Paso 6**

*Mientras tanto, poner al fuego los tomates con el aderezo unos 2 minutos.*

**Paso 7**

*Servir el salmón acompañado de los tomates y regado con el aderezo.*