salmón en salsa con almejas



Creador: bertodu



Tiempo: 15 minutos Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Segundo plato Tipo de cocina: Normal Otros: Cocina Moderna

Coste: Medio

El truco de esta receta:

comerla recién echa para que no se seque el salmón

Descripción:

el salmón es un pescado rico en omega 3, en esta receta va acompañado de almejas

Ingredientes para 4 personas:

- 4 salmón en rodajas
- 60 gr, de mantequilla o margarina
- 1 cucharada de harina
- · un vaso de leche
- 1/2 kilo de almejas
- 2 pimienta de cayena
- una pizca de sal

Preparación:

Paso 1

limpiar bien el pescado y lavar las almejas con bastante agua para quitar si tiene arena

Paso 2

abrir las almejas al vapor hasta que se abran y reservar, En una cacerola derretir la mantequilla o margarina y poner las rodajas de salmón , espolvorear con sal y la cayena, tapar y dejar cocer a fuego suave y por un solo lado 10 minutos, retirar y reservar

Paso 3

en el jugo que ha soltado el salmón echar una cucharada de harina y revolver bien

Paso 4

una vez empapada la harina y sin dejar de revolver, añadir el caldo que han soltado las almejas, el vaso de leche y remover hasta que espese la salsa

Paso 5

volver a meter en la cacerola las rodajas de salmón esta vez con la parte cocida hacia arriba unos 5 minutos a fuego suave, añadir en ultimo momento las almejas y cuando están templadas, emplatar