

SALMÓN NORUEGO FRESCO CON SÉSAMO Y VERDURAS A LA PLANCHA



INGREDIENTES PARA SEIS PERSONAS

- 800 gr de lomo de salmón noruego, sin espinas ni piel.
- 1 Pimiento verde.
- 1 Pimiento rojo.
- 2 Pepinos.
- 1 Huevo.
- Aceite de oliva virgen extra.
- Pimienta.
- Sésamo.
- Sal.



PREPARACIÓN

Salar y pasar los lomos por la clara de huevo batida, rebozar en el sésamo. Hacer en sartén con 2-3 cucharadas soperas de aceite a fuego suave por los dos lados durante unos minutos hasta que estén dorados.

Partir en trozos regulares los pimientos.

Partir en rodajas el pepino.

Hacer la verdura en plancha o sartén con una pizca de aceite, salpimentar.

Presentar los lomos de salmón noruego con la verdura a la plancha.

Se puede acompañar con una salsa mayonesa mezclada con una cucharada de mostaza, cebollino picado, perejil y alcaparras.