

Salmón con aceite de hierbas

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Salmón: 1 Filete

Aceite De Oliva: 1 cda.

Aceite de anchoas

Anchoas: 50 g

Aceite De Oliva: 100 cc

Aceite de hierbas

Cilantro: 15 Cantidad necesaria

Aceite De Oliva: 75 cc

Tomillo: 15 g

Romero: 15 g

Guarnición

Batatas: 2 Unidades

Papas: 2 Unidades

Morrón colorado: 1 Unidad

Aceite Neutro: Cantidad necesaria

Morrón Verde: 1 Unidad

Aceitunas negras: 100 g

Zanahorias: 2 Unidades

Aceitunas verdes: 100 g

Zucchini: 2 Unidades

Preparación de la Receta

- Corte el **salmón** en pavés.
- En una sartén caliente con una cucharada de aceite de oliva dore el *salmón*.
- De vuelta el *salmón*, baje el fuego, tape y termine la cocción durante 4 minutos.

Aceite de anchoas

- Procese las anchoas con el aceite de oliva.

Aceite de hierbas

- Deshoje las hierbas, pique finamente y mezcle con el aceite de oliva.

Guarnición

- Pele las papas y las batatas y corte en bastones.
- En una sartén con aceite caliente selle las papas y las batatas.
- Corte los morrones, los *zucchini* y la *zanahoria* en bastones.
- En una *cacerola* con abundante aceite caliente fría las verduras durante 15 segundos y cuele.
- Descaroce las aceitunas y corte al medio.
- En una sartén caliente saltee las verduras precocidas, las aceitunas y el aceite de anchoas

Presentación

- Sirva las verduras en el centro de un plato dándole volumen, encima sirva el *salmón*
- Rocíe con el aceite de hierbas.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/salmon-con-aceite-de-hierbas>