

Salmón en glaseado de guayaba y quinua con vegetales

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Glaseado

Jugo de Limón: 1 cda.

Miel: 1 cda.

Granos de Pimienta verde: 1/2 cda.

Salmón rosado: 320 g

Sal Marina: A gusto

Vino Blanco: 1 Taza

Guayabas: 2 Unidades

Mezcla Verde

Sal Marina: A gusto

Jugo de Limón: 1 Unidad

Hojas de ortiga: 1 Taza

Zucchini: 1 Unidad

Diente de león: 5 Hojas

Aceite de semilla de uva extra virgen: 1 cda.

Aceite De Oliva: 1 cda.

Quinoa con zanahoria y zapallo

Pimienta rosa: A gusto

Aceite de semilla de uva extra virgen: 1 Taza

Zapallo: 300 g

Cebolla cabezona: 1 Unidad

Quinoa: 2 Taza

Sal: A gusto

Ajo confitado: 3 Dientes

Extracto de zanahoria: 3/4 Taza

Zanahorias: 2 Unidades

Preparación de la Receta

Glaseado

- Corte las guayabas en cuartos.
- Coloque una *cacerola* al fuego, incorpore las guayabas, la miel, el vino blanco, *jugo de limón* y los granos de pimienta verde, cocine a fuego medio, una vez tiernas lícuélas.
- Corte el **salmón** en postas y pincélelas con abundante glaseado de **guayaba**, sazone con sal y cubra con papel film, deje reposar en la heladera durante 30 minutos
- Reserve el resto de glaseado.

Quinoa con zanahoria y zapallo

- En una *cacerola* con abundante agua hirviendo cocine la *quinoa*, tenga en cuenta que debe tener el doble de agua.
- Pele y corte la *cebolla* en *brunoise*.
- Corte el *zapallo* y la *zanahoria* en cubitos.
- En una *cacerola* caliente con una cucharada de aceite de *semilla* de uva saltee la *cebolla*, incorpore los dientes de *ajo* confitados, una vez que la *cebolla* comience a dorarse agregue el *zapallo* junto con la *zanahoria*, sazone con sal y pimienta rosa, mezcle y añada el extracto de *zanahoria*, cocine unos minutos y por ultimo incorpore la *quinoa*.

Mezcla Verde

- En una *cacerola* con agua hirviendo blanquee las hojas de ortiga solo unos segundos, luego retírelas y escúrralas sobre papel absorbente hasta secarlas.
- Con la ayuda de una mandolina corte a lo largo el *zucchini*, coloque las láminas obtenidas en un bowl, incorpore las hojas de diente de león, aceite de *semilla* de uva, aceite de oliva, *jugo de limón*, sal marina y una vez secas las hojas de ortiga, mezcle.

Armado

- En una sartén caliente con una cucharada de aceite de *semilla* de uva selle las postas de *salmón*, primero con la piel hacia abajo.

Presentación

- Sirva en el plato de presentación una porción de mezcla verde, luego coloque una cucharada del glaseado y sobre esta acomode una posta de *salmón* y por ultimo sirva una porción de *quinoa*.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/salmon-en-glaseado-de-guayaba-y-quinua-con-vegetales>