

# Salmonete a la plancha con melón

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

### Melón

**Melón licuado:** 2 cdas.

**Oporto:** 100 cc

**Aceite De Oliva:** 1 cda.

**Jugo de Limón:** 1 cda.

**Melon:** 1/2 Unidad

**Azucar:** 1 cda.

### Salmonete a la plancha

**Guindilla roja picante:** 2 Unidades

**Sal de jamón:** A gusto

**Aceite De Oliva:** 1/2 Taza

**Pimienta de Cayena:** A gusto

**Salmón:** 4 Filetes

**Ajo:** 15 Dientes

**Aceite De Oliva:** 1 cda.

### Varios

**Perejil picado:** A gusto

### Vinagreta

**Pepinillos en salmuera:** 50 g

**Hojas de Hinojo:** 4 cdas.

**Cebolla de verdeo (parte blanca):** 1 Tallo

**Vinagre de sidra:** 4 cdas.

**Sal:** A gusto

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria

**Aceitunas verdes:** 50 g

## Preparación de la Receta

## Melón

- Pele el melón y corte en rodajas dándole forma rectangular.
- En un bowl coloque el *oportó*, el *jugo de limón*, el melón licuado y el azúcar.
- Coloque los rectángulos de melón y deje macerar durante 1 hora.
- En una sartén con aceite de oliva dore el melón de ambos lados.
- Retire y reserve.

## Salmonete a la plancha

- Coloque en una olla el aceite de oliva, los ajos, la *guindilla* y la pimienta de *cayena*.
- Cocine a fuego lento y retire.
- Corte los filetes logrando la misma forma rectangular del melón.
- Unte los filetes con el aceite de *ajo* de ambos lados y condimente con sal de *jamón*.
- En una sartén con una cucharada de aceite de oliva selle los filetes.

## Vinagreta

- Pique la *cebolla* de verdeo, los pepinillos, las aceitunas y las hojas de *hinojo*.
- Coloque los ingredientes en un bowl y añada el *vinagre* de sidra, el aceite de oliva y condimente con sal.
- Reserve.

## Armado

- Coloque en un plato el melón, sobre este el *salmón* y por último rocíe con la vinagreta.

## Presentación

- Decore con *perejil* picado.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/salmonete-a-la-plancha-con-melon-3>