Trucha salmonada con hinojos



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Guarnición

Sal: A gusto
Vino Blanco: 200 cc
Pimienta verde en grano: 1 cdita.
Jugo de Limón: 50 cc
Cebolla: 1 Unidad
Laurel: 2 Hojas
Hinojo: 1 Unidad

Salsa

Jugo de Limón: 2 cdas.
Sal: A gusto
Vino Blanco: 200 cc
Perejil: 1 Taza
Cebolla: 1/4 Unidad
Tomates Perita: 2 Unidades

Trucha

Sal: A gusto
Trucha salmonada: 1 Filete
Tomates: 2 Unidades
Aceite De Oliva: 2 cdas.

Preparación de la Receta

Guarnición

- Corte la *cebolla* en pluma, reserve 1/4 parte.
- Corte el *hinojo* en juliana

- En una *cacerola* con aceite de olva y saltee la *cebolla* y el *hinojo*.
- Incorpore el vino, el *jugo* de *limón* y el agua
- Condimente con la sal, la pimienta y el *laurel*
- Deje cocinar durante 5 minutos.

Salsa

- Corte el *tomate* en cubos pequeños, deseche las semillas
- Reserve.
- En un mixer procese la *cebolla* reservada con las barbilla del *hinojo*, el *perejil*, el *jugo* de *limón* y el vino blanco.
- Trucha
- Corte el filete de *salmón* en tiras a lo ancho
- Condimente con sal y selle en una sartén con aceite de oliva
- Bañe con la salsa y deje reducir unos minutos.
- Retire la **trucha** e incorpore los tomates.
- En el fondo de un plato sirva una porción de la *guarnición*, acomode a los lados la *trucha*, bañe con la salsa y rocíe con el *perejil*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/trucha-salmonada-con-hinojos