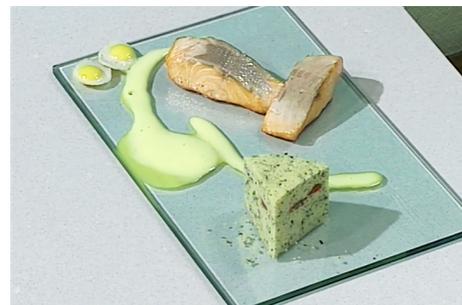


# Un salmón en su vida

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Salmón:** 1 Filete

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Aceite De Oliva:** 1 cda.

### Cous cous

**Tomillo:** 1 cdita.

**Sal:** A gusto

**Agua:** 300 cc

**Romero:** 1 cdita.

**Menta:** 1 cdita.

### Decoración

**Tapas para empanadas:** 1 Paquete

### Huevos fritos

**Huevos de codorniz:** 8 Unidades

### Salsa

**Champagne:** 250 cc

## Preparación de la Receta

- Elimine la *panza* y las espinas del **salmón**.

**Vino Blanco:** 50 cc

**Manteca:** 50 g

**Limon:** ½ Unidad

**Perejil:** 1 cdita.

**Cous Cous:** 300 g

**Tomates secos:** 50 grs.

**Manteca:** 25 g

**Aceite De Oliva:** 100 cc

**Huevo:** 1 Unidad

**Aceite De Oliva:** 1 cda.

**Yemas:** 4 Unidades

- Corte el *salmón* en pavés.
- Exprima el *limón*.
- En una platina disponga la *manteca*, el *jugo* de *limón*, el vino y el *salmón*.
- Condimente con sal, pimienta y aceite de oliva.
- Caliente apenas sobre la hornalla, de vuelta el pescado de modo que la piel quede hacia arriba.
- Lleve al horno precalentado a 220° C y cocine durante 7 minutos.
- Retire del horno y elimine la piel.

## Cous cous

- Pique finamente las hierbas.
- Lleve el agua a hervor.
- Fuera del fuego vierta el cous cous y revuelva bien.
- Agregue la *manteca*, una cucharada de aceite, sal y las hierbas picadas.
- Añada más agua de ser necesario
- Hidrate los tomates en aceite de oliva, escurra y reserve.

## Salsa

- En un bowl sobre baño María suave, bata las yemas con el champagne hasta que espese.

## Huevos fritos

- Casque los huevos y cocine en una sartén con el aceite caliente.

## Decoración

- Corte las tapas para empanadas en forma de pescado.
- Pincele con *huevo* batido y disponga en una platina.
- Cocine en el horno caliente hasta que se vean dorados.

## Presentación

- En el costado de un plato sirva el *salmón*, en otro costado con la ayuda de un molde sirva el cous cous hasta la mitad, encima los tomates y arriba más cous cous, desmolde.
- En otro costado sirva los huevos fritos.
- Forme un dibujo con la salsa en todo el borde del plato.
- Decore con los pescados de *hojaldre*.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/un-salmon-en-su-vida-3>