Receta de Salmón A La Naranja Con Aguacate

22 Abr 2014

Buenos días a tod@s, para hoy os dejo una nueva receta también muy rica, y apropiada para preparar en estas Fiestas Navideñas, espero que os guste.

Ingredientes

- Lomos de salmón (según comensales)
- Naranja (una grande con cáscara)
- Cáscara de naranja rallada
- Aceite de oliva
- Aguacate pelado (uno o dos)
- Zumo de limón
- Cilantro molido
- Pimienta negra molida y Sal

Modo de Preparación

1. Cortar el salmón en dos o varios trozos y salpimentarlo y reservar
2. En una sartén poner una cucharada de aceite y cuando esté caliente poner la naranja partida por la mitad con el corte hacia abajo, cuando esté un poco dorada, sacarla y exprimir su zumo en la sartén y dejar que se reduzca un poco hasta que quede una salsa un poco espesa
3. Echar en una salsera o bol y mezclar con 2 cucharadas de aceite, y un poco de sal y pimienta, remover bien y reservar
4. En una fuente, poner los aguacates pelados y troceados a cuadritos, echar el zumo de un limón, un chorrito de aceite, un poco de cilantro molido y un poco de sal y pimienta y reservarlo
5. Cocinar el salmón en una sartén a fuego vivo con la piel hacia abajo 2 minutos y darle la vuelta, mantener un minuto por el otro lado
6. Colocar un poco de ensalada de aguacate en cada plato y poner encima el salmón, rociar con una cucharada de la salsa de naranja reservada y finalmente espolvorear con ralladura de cáscara de naranja....y buen provecho!!!