



Lombos de salmão marinados com molho de ameixa

lombos de salmão marinados com molho de ameixa

30 min | ★ | Prato Principal

para 4 pessoas

ingredientes

4 lombos de salmão (sem espinhas nem espinhas)

Pimenta de moinho

Raiz de gengibre

Alho em pó

4 colheres de sopa de molho de soja

2 colheres de sobremesa de vinagre balsâmico

1 colher de sopa de açúcar mascavado

1 colher de sopa de amido de milho Maizena

50 g de ameixas secas descaroçadas

2 colheres de sopa de Becel Cozinha

Cebolinho picado

modo de preparação (para 4 porções)

para lombos de salmão marinados com molho de ameixa

1. Tempere os lombos de salmão com pimenta moída na altura, o suco de um pedaço de raiz de gengibre, pelada e ralada, e alho em pó. Misture o molho de soja com o vinagre balsâmico, o açúcar mascavado, o amido de milho e as ameixas finamente picadas. Deite sobre o salmão e deixe marinar durante pelo menos 30 minutos.
2. Aqueça bem metade da Becel Cozinha numa frigideira antiaderente. Introduza os lombos salmão bem escorridos e cozinhe-os durante cerca de 3 minutos de cada lado sobre lume médio a forte. Retire o peixe e deite na frigideira a restante Becel e o líquido da marinada e deixe ferver um pouco.
3. Coe o molho obtido através de um passador de rede e deite por cima dos lombos de salmão. Salpique com cebolinho picado e acompanhe com as batatinhas e os brócolos cozidos.

Saboroso!