



Salmão com Puré de Aipo e Ervilhas by Chef Miguel Mesquita



Ingredientes

- 4 Medalhões de Salmão Pescanova
- 1 Limão
- q.b. Azeite
- 1 Bolbo de Aipo
- 0,5L de Leite
- 1 Colher de sopa de Manteiga
- q.b. Sal e Pimenta
- 200g de Ervilhas
- 100g de Cubos de Bacon



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 30-
60 min



Nº de pessoas
2 Pessoas

Preparação

1. Começamos por colocar num tacho o leite e o bolbo de aipo cortado em cubos pequenos. Deixe levantar fervura e coza durante 30 minutos. No final coe e triture tudo adicionando um pouco do leite e a manteiga. Tempere com sal e pimenta. Reserve.
2. Tempere o Salmão com sumo de Limão, Sal e Pimenta. Numa frigideira com um fio de azeite, saltei-e o salmão virando-o de todos os lados até estar no ponto desejado.
3. Num pequeno tacho junte os cubos de bacon e deixe cozinhar até ficarem ligeiramente crocantes, Junte as ervilhas, tempere com pimenta e deixe cozinhar, até as ervilhas estarem no ponto, No final junte um pouco de manteiga.
4. Sirva o salmão com o puré de aipo e as ervilhas salteadas.

Produtos Associados



Filé de Salmão
450 g



Lombos de Salmão
250 g



Medalhães de Salmão
400 g