



Salmão com Molho de Maracujá e Romanesco Assado



Dificuldade
Fácil



Tempo
Entre 15-
30 min



Nº de pessoas
2 Pessoas

Ingredientes

Para os Lombos de Salmão e Romanesco:

- **Lombos de Salmão PESCANOVA** 1 emb.
- Sal e pimenta preta q.b.
- Azeite q.b.
- Romanesco pequeno 1 unid.
- Tomate cereja 100 g
- Dentes de alho 2 unid.

Para o Molho:

- Manteiga 2 colheres de sopa
- Mel 1 colher de sopa
- Maracujá grande 1 unid.
- Vinho branco 50 ml

Preparação

Preparação dos Lombo de Salmão e Romanesco:

1. Descongelar os **Lombos de Salmão**, passar por água fria corrente, temperar de sal e pimenta preta moída na hora.
2. **Saltear** em azeite por **8 min.** aprox., virando a meio do tempo.
3. Separar o **romanesco em floretes**, fazer um pequeno corte na pele de cada tomate cereja, dispor tudo numa assadeira, temperar com sal, o alho picado e um fio de azeite generoso.
4. Levar ao **forno pré-aquecido a 200 ° C por 20 a 25 min.**
5. Após o couscous estar cozinhado colocar um fio de azeite, retificar temperos e soltar com a ajuda de um garfo. **Envolver os legumes assados.**

Preparação do Molho:

5. **Derreter a manteiga** em lume brando, a seguir juntar o mel e mexer até misturar bem os dois ingredientes.
6. Por fim, juntar a polpa do maracujá e o vinho, misturar e **deixar ferver por 2 a 4 min.** para espessar.

Para terminar:

7. Servir o **Salmão** com o **molho de maracujá** a acompanhar com o **romanesco** e o tomate cereja assados.

Produtos Associados



Lombos de Salmão

250 g