

SALMÓN A LA PLANCHA CON SALSA HOLANDESA



EL SALMÓN ES UN PESCADO AZUL MUY RICO EN PROTEINA, CALCIO Y VITAMINAS B12 Y B6.

SI LE AÑADIMOS ESTA RICA SALSA CONSEGUIREMOS UN PLATO EXQUISITO.

<https://www.youtube.com/watch?v=KKJDwfH157I>

SALMÓN A LA PLANCHA CON SALSA HOLANDESA

INGREDIENTES



SALMÓN



SAL Y PIMIENTA



MANTEQUILLA



HUEVOS



LIMÓN

SALMÓN A LA PLANCHA CON SALSA HOLANDESA

PROCESO DE ELABORACIÓN



DEJAMOS
DESHACER LA
MANTEQUILLA EN
UNA CAZUELA A
FUEGO SUAVE



USAMOS LAS YEMAS
SOLO, LES ECHAMOS
SAL Y PIMIENTA Y LAS
BATIMOS EN UN BOL.



SEPARAMOS LAS
CLARAS DE LAS YEMAS
DE LOS HUEVOS EN UN
PLATO.



CUANDO LAS YEMAS
TENGAN TEXTURA
MAS DENSA VAMOS
INCORPORANDO LA
MANTEQUILLA
MIENTRAS SEGUIMOS
BATIENDO.

SALMÓN A LA PLANCHA CON SALSA HOLANDESA

PROCESO DE ELABORACIÓN DE LA SALSA DE YOGUR



AÑADIMOS UNA CUCHARADA DE ZUMO DE LIMÓN Y REMOVEMOS TODO.



COCINAMOS EL SALMÓN EN UNA SARTÉN A JUEGO ALTO. PRIMERO POR LA PARTE DE LA PIEL Y DESPUES DAMOS LA VUELTA.



¡ LISTO !