



# Recetas

## Salmón en salsa de Champiñones

El salmón abundaba en las costas de América, sobre todo en la del noroeste donde se le conoce como «pavo de Alaska» y en Hawái como “Lomi Lomi”. Hoy en día todo el salmón del Atlántico proviene de Canadá o Europa. Su cuerpo es alargado y está cubierto de pequeñas escamas redondeadas. Su cabeza es pequeña y sus mandíbulas son grandes, llegando hasta el extremo del ojo, y poseen unos dientes fuertes. Los salmones nacen en aguas dulces, migran al océano y vuelven a las aguas dulces para procrear. No se sabe cómo se orientan, pero puede que su fino sentido del olfato reconozca la química de su río natal. Nada corriente arriba a una velocidad media de 6,5 km/Día. Es capaz de saltar hasta 3,7 metros de altura, por lo que supera casi todos los obstáculos que encuentra en su camino.



Fácil



1 Hora



Cocina



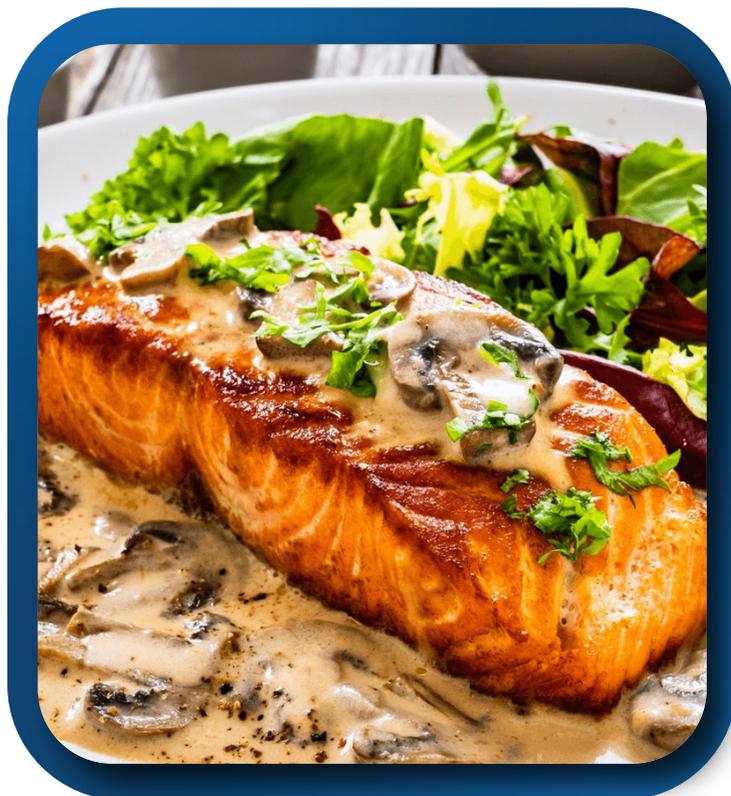
3-4

### Ingredientes

- 1 Kilo de salmón (4 churrascos)
- 1 Paquete de champiñones
- 4 Dientes de ajo
- 1 Lata de crema de leche (200 ml)
- 1 Cda. de harina de trigo
- Sal Bahía Refinada Gruesa
- Sal Bahía Refinada Fina
- Pimienta negra
- Aceite de oliva
- Eneldo

### Utensilios

- Sartén grande
- Tabla para picar
- Cuchillo de chef
- Pinzas de cocina
- Cuchara de madera
- Fuente para servir



### Preparación

Condimenta los churrascos de salmón con Sal Bahía Refinada Gruesa, pimienta negra al gusto y reserva.

Pica en laminas los champiñones y reserva.

Pica finamente los dientes de ajo, el eneldo y reserva.

Pon a calentar el sartén a fuego alto, échale un chorrito de aceite de oliva y cocina los churrascos de salmón 2 minutos por cada lado, lo sacas y reserva.

Baja el fuego a medio alto y coloca los champiñones, agrega los dientes de ajo, sazona con Sal Bahía Refinada Fina y pimienta negra, pon la cucharada de harina, remueve y cocina 2 minutos, vierte la lata de crema de leche, agrega el eneldo, mézclalo todo y cocina por 4 minutos.

Coloca sobre la salsa de champiñones los 4 churrascos de salmón, con una cuchara báñalos por encima y cocina 1 minuto más para que se integren los sabores.

Acompáñalo con una ensalada mixta y un vino blanco de uva Chardonnay; buen provecho