Mis recetas online

Salmón a la miel

Ingredientes

- 1 rodaja o filete de salmón por persona (unos 175gr.)
- Zumo de medio limón (por persona)
- 1 puñadito de pasas
- 3 cucharadas miel (por persona)
- sal
- aceite para cubrir el fondo de la sartén.

Preparación

Lavar y secar el salmón .

Salar el salmón y añadir el aceite en la sartén, cuando esté caliente añadir el salmón y dejar a fuego medio hasta que se haga por una parte, dar la vuelta y cuando esté casi hecho (unos 8 minutos dependiendo del grosor) subir el fuego al máximo para que se dore por fuera .

Mientras se hace el salmón poner en un bol el zumo de limón con la miel y remover bien para ligarlo .

Cuando el salmón esté hecho (unos 10´) añadir el limón con la miel a la sartén y dejar hasta que la miel se caramelice moviendo la sartén para que no se pegue .

Añadir las pasas, dejar 20´´ y servir .

.