



Salmón marinado en lima y miel

Pescado

Ingredientes

- 4 filetes de salmón
- 5 cucharadas de aceite de oliva virgen, elegir uno suave
- 2 cucharadas de zumo de naranja
- El zumo de una lima y su cáscara rallada
- 2 cucharaditas de miel
- 1 cardamomo verde, machacado para sacar las semillas

Descripción: Batir junto: 3 cucharadas de aceite de oliva, el zumo de lima y la ralladura, el zumo de naranja, la miel y las semillas de cardamomo. Marinar los filetes de salmón en esta mezcla durante una noche. Sacar el salmón del marinado y frotarle con el resto del aceite. Hacerlos a la plancha durante 8 minutos aproximadamente, volviéndolos. Echar el marinado en un cazo y llevar a punto de ebullición. Servir los filetes con la salsa caliente