



PESCADOS

Salmón Pietrán estilo toscano

★★★★★ 0 comentarios

30 minutos | 2 porciones

Calorías

327

Grasa

14 g

Proteína

31 g

Un plato ligero y nutritivo para cocinar en casa y crear una receta con Salmón Natural Pietrán que te encantará.

Reúne todos los ingredientes y sorpréndete con un plato nuevo para que disfrutes todos los días el placer de tener más opciones.

Cocina cada día recetas diferentes que te inspire a alimentarte mejor.

Ingredientes

- 

Salmón Pietrán Natural
2 porciones Salmón Natural Pietrán
- 

1/2 taza tomate perla o cherry
- 

2 cdas. de caldo o consome
- 

1/4 taza crema de coco
- 

1 cda de aceite
- 

1/2 taza de Aceitunas
- 

1 cdita. de tomillo
- 

Sal y pimienta
- 

1 cda de ajo finamente picado
- 

1 1/2 tazas hojas de Espinaca
- 

1 cda mostaza

Preparación

Encuentra aquí el paso a paso

- En una sartén con un poco de aceite sofríe el salmón durante 4 a 6 minutos por ambos lados.
- En otra sartén calienta un poco de aceite, agrega el ajo, adiciona las aceitunas, las espinacas, el tomillo y la mostaza. Cocina durante 3 minutos, vierte el caldo y la crema de coco, y cocina 3 minutos mas.
- Sirve el salmón sobre la salsa.


Compra tus productos a un clic



Rappi   

También puedes encontrarnos en tiendas, minimercados y autoservicios.



En Pietrán te acompañamos día a día en tu estilo de vida saludable, con diferentes alternativas que te aportan a una alimentación balanceada, y puedas disfrutar el placer de cuidarte.