


PESCADOS

Wok de pasta y Salmón Pietrán

★★★★★ 0 comentarios

🕒 40 minutos

🍴 3 porciones

🔥 Calorías
468

🔥 Grasa
8 g

🔥 Proteína
38 g

Disfruta del equilibrio entre lo delicioso y práctico, con esta receta de Salmón Natural Pietrán acompañado de pastas.

Ingredientes

Salmón Pietrán Natural
3 filetes de Salmón Natural Pietrán

1/4 taza zanahoria en julianas

1/2 taza brócoli en flores pequeñas

Pimienta al gusto

210 gr. pasta larga integral

1/4 taza pimentón rojo en julianas

1/2 cda de jengibre rallado

1/2 taza cebolla cortada en plumas

1/4 taza pimentón verde en julianas

2 cdas salsa soya

Preparación

Encuentra aquí el paso a paso

Corta muy bien los vegetales y prepara esta receta que es perfecta para compartir en pareja o con la persona que quieras, y disfruta del placer de tener más alternativas de alimentación.

¿Cómo preparar Wok de pasta y salmón pietrán paso a paso?

- Cocina la pasta en agua hirviendo según instrucciones del empaque. En una sartén con un poco de aceite sofríe el salmón durante 4 a 6 minutos por ambos lados.
- En una sartén con un poco de aceite sofríe la cebolla, adiciona la zanahoria, los pimentones, el brócoli y el jengibre.
- Mezcla bien y vierte la salsa soya, cocina durante 5 minutos.
- Adiciona los espaguetti y sirve con el salmón.

Tener diferentes opciones cada día y poder cocinar lo que más me gusta, es todo un placer.



Pon el aceite de Oliva a una temperatura justa y cuando esté lo suficientemente caliente introduce los vegetales para freír. No sobrecalientes el aceite de Oliva y tampoco dejes que salga humo, ya que esto quiere decir que este se ha quemado.



Compra tus productos a un clic

También puedes encontrarlos 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.

[Productos](#)

[Recetas](#)

[Mí Mundo saludable](#)

[Contacto](#)