



PESCADOS

Salmón Finas Hierbas con arroz con coco

★★★★★ 0 comentarios

🕒 40 minutos

🍴 4 porciones

🔥 Calorías
352

🔥 Grasa
12 g

🔥 Proteína
31 g

Esta receta de Salmón Finas Hierbas Pietrán con arroz con coco es una alternativa para cuidarte con una buena fuente natural de proteína como plato fuerte.

Ingredientes



Salmón Pietrán Finas Hierbas

4 porciones de Salmón Finas Hierbas Pietrán



1 cucharadita de ajo finamente picado



1/2 taza de agua



1 Cucharada de aceite de girasol



1 taza de arroz común de grano largo



1 cucharadita de azúcar



1/2 cucharadita de jengibre rallado



2 tazas de leche de coco

Preparación

Encuentra aquí el paso a paso [↗](#)

Esta receta de salmón finas hierbas con arroz con coco es un plato perfecto para tus almuerzos o cenas. Es una receta Pietrán que te aportará a tu bienestar, es muy fácil de preparar y no tomará mucho tiempo.

¿Cómo preparar salmón finas hierbas con arroz con coco?

Para el arroz

- En un recipiente a fuego medio sofríe la cebolla hasta que esté transparente, adiciona la leche de coco, el agua, y el azúcar.
- Cuando hierva adiciona el arroz, cocina 15 minutos o hasta que haga hoyuelos.
- Reduce el calor a fuego bajo, tapa la olla y cocina hasta que el líquido se haya absorbido.
- En una sartén caliente un poco de aceite y asa el salmón 3 a 4 minutos por ambos lados o lo puedes asar en la freidora de aire.



Sirve el salmón sobre el arroz y acompáñalo de variedad de vegetales con el fin de que te aporte los nutrientes necesarios que contribuyan a una alimentación saludable.



Compra tus productos a un clic



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.

Productos

Recetas

Mi Mundo saludable

Contacto