

Empanada de salmón y setas

Publicada por:

[imprimir](#)

- 50 '
- 75 '
- 4
- 
- 
- 



Comentario nutricional

El salmón es un pescado rico en omega 3 que contribuye a reducir los niveles de colesterol en sangre. Fuente de vitaminas como la A, del grupo B y D, además de minerales.

Modo express

1. Mezcle en un bol todos los ingredientes de la masa (menos el agua y la yema de huevo). Tápela con un trapo y déjela reposar 20 minutos en la nevera.
2. Con un rodillo, estire la mitad de la masa hasta que quede fina (aproximadamente medio centímetro) y forre con ella el fondo y los laterales del molde.

3. Trocee los puerros y las setas. Programe el menú Freír/Sofreír a 180º durante 15 minutos y vierta el aceite en la cubeta. Sofría el puerro durante 5 minutos, añada las setas y sofría otros 5 minutos. Cancele el programa, añada el salmón crudo y el eneldo.
4. Introduzca el relleno en la empanada.
5. Estire el resto de la masa y corte un círculo de unos 20 centímetros de diámetro. Cierre la empanada uniendo los bordes de las dos piezas de masa y haga un agujero en medio para que respire. Use la masa que sobre para decorar la superficie.
6. Pinte el exterior de la empanada con la yema de huevo diluida en un poco de agua.
7. Introduzca el molde en la cubeta y programe el menú Horno a 180º durante 60 minutos.

Nota: Necesitará un molde de aluminio de 20 cms de diámetro.

La cebolla se puede sustituir por dos unidades de blanco de puerro.