

Carpaccio de salm3n y merluza

Publicada por:

[imprimir](#)

- 30 '
- 20 '
- 4



Comentario nutricional

Los 3cidos grasos omega-3 del pescado azul como el salm3n, tienen un efecto protector frente a las enfermedades cardiovasculares.

Modo express

1. Aplane los pescados y haga filetes lo m3s finos posibles. Corte un trozo de papel de film transparente y haga tres capas de pescado, en este orden: merluza, salm3n y merluza, condimentando con unas ramitas de eneldo entre cada capa. Luego enrolle el papel, procurando que el contenido quede bastante apretado. Envuelva el rollo en papel de aluminio y m3talo en el congelador entre 6 y 8 horas.

2. Pele los tomates, quite las semillas, escúrralos sobre papel de cocina y tritúrelos. Disponga la salsa en un plato de servir y rocíe con aceite.
3. Saque el pescado del congelador y corte rodajitas muy finas. Dispóngalas sobre el tomate, salpimiente y riegue con zumo de limón y con un hilito de aceite. Reserve en el frigorífico.
4. Para hacer la crema, primero cueza las judías y el ajo, cubiertos de agua, 20 minutos en el menú Presión a 135°. Luego tritúrelos y bátalos con los demás ingredientes.
5. Adorne el carpaccio con eneldo y sívalo acompañado de la crema.