

Salmão em Crosta de Amêndoa com Cebolas Caramelizadas e Manjericão

Sugerido por: Receitas Secretas



Ingredientes:

1 colher sopa manteiga
1 colher chá óleo de coco
1 cebola doce, cortada muito fina
sal grosso e pimenta a gosto
1/2 to 1 colher de chá de sumo de limão
1/2 chávena amêndoa moída
4 colheres chá mostarda de mel ou preparado de mostarda doce
4 (100 - 170gr) filetes de salmão, sem pele
1/4 chávena cebola verde, cortada muito fina
1/4 chávena folhas manjericão

Preparação:

Aqueça a manteiga numa frigideira grande em fogo médio baixo.
Adicione o sal, cebola e pimenta e cozinhe, mexendo ocasionalmente, até ficarem douradas e caramelizadas, 30 a 45 minutos.
Misture o suco de limão e mantenha quente.
Enquanto isso, pré-aqueça o forno a 190°C.
Unte o fundo de uma grande assadeira com 1 colher de chá de óleo de coco.
Coloque as amêndoas num prato largo e raso e tempere o salmão com sal e pimenta.
Passe os filetes primeiro pela mostarda e depois pelas amêndoas, pressionando de modo a ter a certeza que ficam bem envoltos.
Coloque o salmão na assadeira preparada, numa única camada (não sobrepondo os filetes). Leve ao forno cerca de 15 minutos, até ficar cozido.
Disponha o salmão nos pratos, cubra com as cebolas caramelizadas, decore com cebolinha e manjericão e sirva.