|  |
| --- |
| **SALMONE CON SALSA ALLE PRUGNE DELLA CALIFORNIA IN AGRODOLCE E INSALATA DI BARBABIETOLE** |
|  |
|  |
| **Tempo di preparazione:** |  15 minuti |  |
| **Tempo di cottura:** |  8-10 minuti |
| **Temperatura del forno:** |   |
| **Porzioni:** | 2 persone |
|  |
| **Ingredienti:** | **Per il pesce**2 tranci di salmone fresco (200 gr)15 ml di olio d'olivaSale marino a piacere5 Prugne della California5 gr di zenzero fresco45 ml di salsa di soia leggera15 ml di olio d'oliva5 ml di aceto di Sherry3 ml di olio di semi di sesamo30 ml di aceto di vino di riso15 ml di succo d'arancia**Per l’insalata di barbabietole**3 barbabietole medie cotte10 ml di olio d'oliva1 spicchio d'aglio tritatoScorza d'arancia |
|  |
| **Preparazione:** |  | Per la salsa agrodolce: aggiungete tutti gli ingredienti in un frullatore e frullate.  |
|  |  | Per l'insalata di barbabietole: tagliate le barbabietole a cubetti, mescolate con olio d'oliva, aglio e scorza d'arancia.  |
|  |  | Preriscaldate il forno a 215°C. Mettete il salmone in una teglia antiaderente e copritelo con la salsa. |
|  |  | Cuocete in forno per 8-10 minuti fino a cottura ultimata. |
|  |