

SALMÃO NO FORNO EM PAPEL PRATA

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 2 PESSOAS

2 postas de salmão com 250g
40g de creme vegetal
Salsa picada q.b.
Meio limão
Folhinhas de orégãos q.b.
Sal q.b.
Pimenta q.b.
Papel de alumínio



Tempo de preparação: 30 minutos
Custo: 4.20 € | Custo por pessoa: 2.10 €

Receita: Neuza Costa
Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar
Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f17/salmaa-no-forno-papel-prata-27180/>

PREPARAÇÃO

1. Tempere as postas de salmão de ambos os lados com sal, pimenta, orégãos e sumo de limão.
2. Barre o centro de uma folha de alumínio com 1/4 de creme vegetal (10g).
Salpique com salsa picada.
Coloque a posta por cima.
Espalhe um pouco de salsa picada.
Por fim, coloque 1/4 de creme vegetal (10g).
Feche o papel de alumínio com as pontas viradas para cima.
Repita o processo com a outra posta.
3. Coloque num tabuleiro de ir ao forno.
Leve ao forno pré-aquecido nos 220° e deixe cozinhar durante 20 minutos.
Passado os 20 minutos, retire e sirva.
Acompanhe este prato com legumes cozidos ou salteados.
A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!

<http://www.saborintenso.com/ebook> - eBook SaborIntenso
Livro Digital de Culinária com 420 páginas

Saborintenso.com