

Salmone al vapore

Il **salmone al vapore** è una ricetta leggera, digeribile e anche veloce da preparare, ideale da accompagnare con delle fettine di limone e naturalmente ricco di Omega 3. Ecco i passaggi per la ricetta del salmone al vapore.



INGREDIENTI

- 1 cespo **Lattuga**
 - 1 **Limone, succo**
 - 1 cespo **Radicchio rosso**
 - 4 cucchiaini **Olio extravergine**
 - 3 **Alloro, foglie**
 - 50 g **Sedano**
 - 2 cucchiaini **Erbe aromatiche a scelta**
 - q.b. **Sale**
 - q.b. **Pepe**
 - 600 g **Salmone norvegese fresco**
-

PREPARAZIONE



Pulite il salmone dalla pelle e lisce e dividetelo in due tranci uguali.



Tritate con cura le erbe aromatiche, private il limone dalla scorza, che conserverete, e spremetene il succo che utilizzerete insieme alle erbe aromatiche e all'olio per preparare una marinatura.



Una volta pronta, aggiustate di sale e pepe, copritela con della pellicola trasparente e ponetela in frigorifero per circa un quarto d'ora.



Nel frattempo scaldate l'acqua in una pentola a cui andrete ad aggiungere rosmarino e alloro con l'alloro e la scorza del limone precedentemente conservata; preparate anche una insalata di accompagnamento con lattuga e radicchio.



Ponete quindi il salmone nel cestello per la cottura a vapore e lasciatelo per una decina di minuti scarsi. Al termine servitelo con l'accompagnamento di insalata, la marinatura e qualche rondella di limone.