

## Salmone fasciato con porro al limone



### Ingredienti

- 700g salmone fresco a tranci
- 3 foglie di porro
- 1 limone
- 2 cucchiaini olio extravergine di oliva
- 2 cucchiaini Erba Cipollina Liofilizzata CANNAMELA
- 4 giri Mix Creola Tappomacina CANNAMELA
- qb sale
- 1 cucchiaio farina
- 1 sacchetto forno Cuki



Porzioni  
3 persone



Portata  
Secondo



Tempo  
10 minuti



Difficoltà  
Facile



Cottura  
In forno,  
In pentola,  
Bollito/lessato



Kcal per  
persona  
496\*

\* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

**DOLCI CUCINA**



# Preparazione

- 1 Lavare le foglie di porro e scottarle in acqua salata per 2 min. Scolare e tamponare con carta da cucina.
- 2 Allineare le foglie sul piano di lavoro.
- 3 Condire il pesce con l'erba cipollina liofilizzata CANNAMELA e l'olio.
- 4 Aromatizzare con 4 giri di tappomacina mix creola CANNAMELA e un pizzico di sale.
- 5 Adagiare ogni trancetto su una foglia di porro.
- 6 Sovrapporre una sottile fettina di limone e avvolgere nella foglia.
- 7 Aprire il sacchetto forno Cuki, inserire la farina, agitarlo per farla aderire alle pareti ed eliminarne l'eccesso.
- 8 Trasferire il salmone nel sacchetto e chiudere con l'apposito legaccio.
- 9 Porre il sacchetto forno Cuki in una pirofila.
- 10 Infornare a 180° per 20 min. In cottura tagliare uno degli angoli del sacchetto o praticare alcuni fori per lasciare fuoriuscire il vapore.
- 11 Servire il salmone guarnito con una fettina di limone.  
  
Per velocizzare l'operazione di preparazione ponete i tranci di salmone, le spezie, le erbe aromatiche e gli altri ingredienti direttamente nel sacchetto già infarinato, poi agitatelo delicatamente facendo attenzione a non romperlo.
- 12 E' possibile cuocere i tranci di salmone anche nel microonde ad una potenza media (1 a 10=6 oppure 540 W) per 6 minuti.