

SALMÃO GRELHADO BEM MACIO

INGREDIENTES

1 kg de filé de salmão (cortado em 5 postas)
1 colher (sobremesa) de pasta de cebola com alho
1 colher (chá) de sal
pimenta-do-reino a gosto
2 colheres (sopa) de azeite
coentro e cebolinha a gosto

MODO DE PREPARO

Passe a pasta de cebola e a pimenta-do-reino nas postas de salmão e deixe descansar, por 1 hora, na geladeira.

Coloque o azeite numa frigideira grande anti-adherente e leve ao fogo alto.

Quando estiver quente, coloque o salmão e deixe por 5 minutos ou até dourar.

Vire as postas e deixe por mais 5 minutos.

Faça todo processo com a frigideira tampada, para dourar por fora e ficar cozido e macio por dentro, mas o fogo tem que estar alto todo o tempo, para não soltar muita água.

Apague o fogo.

Retire as postas com uma espátula e salpique coentro e cebolinha.

Sirva com uma boa salada.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/20167-salmao-grelhado-bem-macio.html>