

FILÉ DE SALMÃO EM CROSTA DE GERGELIM AO MOLHO DE AÇAFRÃO COM PURÊ DE MANDIOQUINHA E ASPARGOS FRESCOS POR CHEF MARCELO PINHEIRO

INGREDIENTES

1200 g de filé de salmão fresco

100 g de gergelim preto;

10 g de açafrão;

60 g de manteiga

50 g de cebola roxa brunoise

2 maços de aspargos frescos

40 ml de vinho branco seco

150 ml de creme de leite

flor de sal e pimenta a gosto

400 g de mandioquinha

60 g de manteiga

150 g de leite

flor de sal e pimenta a gosto

1 pitada de noz-moscada

MODO DE PREPARO

SALMÃO:

Salmão:Corte o filé com 200g para cada porção e tempere com flor de sal e pimenta; empane com o gergelim e coloque em uma frigideira antiaderente preaquecida com 30g de manteiga. Deixe dourar os 4 lados do salmão e reserve.

MOLHO:

Molho:Aqueça uma panela pequena e derreta o restante da manteiga; adicione a cebola e deixe dourar; acrescente o vinho e aguarde evaporar o álcool; junte o creme de leite e o açafrão e ajuste o sabor com sal e pimenta; coe e reserve.

ASPARGOS:

Aspargos:Descasque do meio para baixo; branquear em água fervente. Aqueça uma frigideira com manteiga e salteie os pedaços; tempere com sal e pimenta.

***Branquear: Branqueia-se os alimentos fervendo-os brevemente em água e deixando-os depois repousar em

água gelada até estarem completamente frios.

PURÊ DE MANDIOQUINHA:

Purê de Mandioquinha: Descascar e cozer a mandioquinha até ficar macia; escorra e amasse. Leve ao fogo, acrescente a manteiga, o leite, a flor de sal, a pimenta e a noz moscada; reserve.

MONTAGEM:

Montagem: Disponha no prato o filé, uma porção de espargos e outra de purê; sirva em seguida.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/41681-file-de-salmao-em-crosta-de-gergelim-ao-molho-de-acafrao-com-pure-de-mandioquinha-e-aspargos-frescos-por-chef-marcelo-pinheiro.html>