SALADA DE SALMÃO PARA BANQUETE

INGREDIENTES

1 kg de filé de salmão limpo cortado em tiras de 2 a 3 cm de diâmetro

12 cebolas brancas pequenas (tipo conserva) descascadas

1 cabeça de alho média descascada

sal

1 colher das de chá de pimenta do reino branca moída

azeite de oliva

vinagre balsâmico

1 radichio (ou alface roxa crespa)

1 maço de rúcula sem os talos nús

300 g de tomate cereja ou tomate uva

150 g de cerejas

12 figos maduros

2 pêras portuguesas descascadas

1 maçã argentina descascada

500 g de ervilhas pré cozidas

1 maço de cebolete picadas em tirinhas de 1 a 2 cm

500 ml de vinho tinto seco de sua escolha

MODO DE PREPARO

Tempere o salmão com 1 colher das de sobremesa rasa de sal e a pimenta-do-reino branca moida e reserve em um recipiente seco.

Escolha um refratário grande, tipo 30 X 30 cm de largura e 5 cm de altura, ou um pouco maior. Faça nele uma cama com o radichio rasgado misturado com a rúcula inteira e tempere com sal, azeite de oliva e vinagre balsâmico a gosto (não exagere) deixando o centro da vazilha livre. Reserve.

Coloque em uma panela o vinho tinto, as cebolas, a maçã e as pêras, todas elas inteiras e descascadas e leve ao fogo alto, tampe e deixe levantar fervura. Note que as frutas não ficarão completamente cobertas. À medida que for cozinhando vire a maçã e as pêras de modo que as mesmas vão se entranhando da cor do vinho. Depois de 20 a 30 minutos de fervura, retire do fogo, despreze o líquido e deixe esfriar. Então corte a maçã e as pêras em rodelas de 0,5 cm, mantenha as cebolas inteiras e reserve. Se quiser que fiquem mais roxas deixe cozinhar mais até quase secar o vinho.

Em uma panela aqueça 2 colheres das de sopa de azeite de oliva e passe nelas as ervilhas por 3 a 4 minutos, acrescentando 1 pitada de sal (1 colherinha das de café). Acrescente um quarto de xícara de água e deixe tampado por 5 minutos. Escorra e deixe esfriar.

Em uma frigideira aqueça duas colheres das de sopa de azeite de oliva e jogue nelas os tomates, em fogo bem alto, e mexa com cuidado. Rapidamente eles começarão a querer soltar a pele; é o ponto. Retire do fogo e reserve.

É hora de preparar o salmão, o que deve ser feito com cuidado por ele ser pouco firme. Coloque uma grelha ou frigideira com teflon ou antiaderente em fogo alto e acrescente azeite de oliva sempre em pequena quantidade (2 a 3 colheres das de sopa por vez) e vá repetindo sempre que precisar à medida que for grelhar o salmão. Passe 3 a 4 pedaços por vez. Dependendo do fogão, 30 a 60 segundos de cada lado. Tostou um lado, desgrude ele da frigideira com uma espátula e vire a peça. Dourou o segundo lado retire com cautela da frigideira, coloque no centro descoberto do refratário, que já está com a rúcula e o radichio e vá combrindo as pecinhas com pedacinhos da cebolete picada. Vá grelhando e sobrepondo o salmão no refratário. Quando terminar, ponha mais quatro colheres de azeite no refratário e jogue ali os dentes de alho inteiros e doure-os. Coloque esse azeite com os alhos sobre o peixe já pronto.

Jogue as ervilhas e depois os tomates, as cebolas e as cerejas sobre as folhas de radichio e rúcula, distribuindo bem.

Pegue as fatias de maçã e pêra e distribua, cuidadosamente, ao redor do salmão.

Por fim corte os figos em quatro partes cada, no maior sentido, e distribua sobre a salada na periferia da vasilha.

Seu prato está pronto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/55721-salada-de-salmao-para-banquete.html