

Salmón Teriyaki

Hay mucho [salmón](#) de cultivo asequible y de buena calidad, y creemos que es ideal para un delicioso [teriyaki](#). Es una receta sencilla y rápida, pero necesitas tiempo para marinar el pescado. También puedes probar esta receta con pollo o con cerdo: este [Salmón Teriyaki](#) no tiene nada de ordinario.

Ingredientes para Salmón Teriyaki (4 personas)

600 g de filete de salmón, con piel, cortado en 4 porciones iguales
3 cucharadas de aceite vegetal
Salsa teriyaki
6 cucharadas de caldo dashi (receta al final)
3 cucharadas de sake
4 cucharadas de mirin
1 cucharada colmada de azúcar moreno oscuro
20 g de jengibre fresco, finamente rallado
2 cucharaditas de maicena, mezcladas con 1 cucharada de agua fría
1 lima, cortada en cuartos, para servir

Elaboración

Para preparar la salsa, coloca el caldo dashi, el sake, el mirin, el azúcar, el jengibre y la mezcla de maicena en un cazo pequeño. Revuelve bien y pon el cazo a fuego medio. Sigue revolviendo hasta que la salsa comience a espesar, luego deja que hierva a fuego lento durante un par de minutos. Retira del fuego y deja enfriar completamente.

Cuando la salsa esté fría, vierte la mitad en un recipiente poco profundo (no metálico) o en una bolsa de plástico con cierre hermético. Añade los trozos de salmón y déjalos marinar

al menos 2 horas, preferiblemente toda la noche.

Precalienta el horno a 180°C (160°C con ventilador, Gas 4).

Coloca una sartén grande antiadherente apta para horno a fuego medio y añade el aceite.

Cuando el aceite esté caliente, pon el salmón con la piel hacia arriba y fríelo durante unos 2 minutos, hasta que esté ligeramente dorado. Dale la vuelta, dejando la piel hacia abajo, y úntalo generosamente con un poco de la salsa restante. Luego, coloca la sartén en el horno precalentado y hornea durante 8-10 minutos, hasta que el salmón esté justo cocido.

Saca el pescado del horno, rocía con la salsa que quede y sirve inmediatamente con gajos de lima y, si quieres, con verduras verdes y arroz japonés.

Para el caldo Dashi

Es la base de muchas salsas y [aderezos japoneses](#), así como de platos de fideos y sopas. Como muchas cosas en la cocina, hacer tu propio caldo dashi vale la pena, pero también puedes comprar dashi en polvo, concentrado o líquido. Solo sigue las instrucciones del paquete.

Para 1.5 litros, necesitas

10 g de kombu (alga seca), necesitas un trozo del tamaño de una postal

1.5 litros de agua

5 g de copos de bonito (katsuobushi)

Elaboración

Enjuaga el alga kombu bajo agua fría.

Vierte 1.5 litros de agua fría en una cacerola grande y añade el kombu. Déjalo en remojo durante 30 minutos; triplicará su tamaño. Retira el kombu de la cacerola y córtalo en 3 tiras largas. Vuelve a colocarlas en la cacerola y lleva el agua a ebullición. Tan pronto como el agua hierva, retira el kombu y deséchalo. No hiervas el kombu durante mucho tiempo, ya que el dashi se volverá amargo.

Añade los copos de bonito y lleva el agua nuevamente a ebullición. Hierve a fuego lento durante un par de minutos, luego retira la cacerola del fuego y deja enfriar ligeramente.

Cuando los copos de bonito se hayan asentado en el fondo de la cacerola, cuela el caldo cuidadosamente usando un colador forrado con muselina o un paño fino. Déjalo enfriar y refrigera hasta que lo necesites. Se mantendrá fresco un par de días o puede congelarse.