

Salmón asado con salsa Beurre Blanc

“Esta versión de Beurre Blanc es sin nata”

Definitivamente si hay un pescado que debe estar en nuestra dieta, es el salmón. Un pescado azul que tiene 11 gramos de grasa por cada 100 gramos de carne, se puede equiparar con las sardinas o el atún.

Su grasa es rica en omega 3, conocido por todos que este pescado ayuda a disminuir los niveles de colesterol y aumenta la fluidez de la sangre.



Pero vámonos a regodearnos en su sabor y en una rica receta con una salsa que lo envolverá en matices y combinación que estoy seguro les encantará.

La salsa en cuestión es la Salsa Beurre Blanc, una mezcla que combina mantequilla con vino blanco, yo usaré un vino blanco seco de [Presas Ocampo](#) y un Sauvignon Blanc, además también usaré una muy buena mantequilla holandesa artesana (si es posible), mientras mejor sea la mantequilla mejores matices aportará la salsa al plato final.

También usaré cebolleta y cebolla normal, en el caso de la cebolleta, esta aporta mucha más consistencia y hasta cierto picor que no le queda nada mal a la salsa, asar la cebolleta y el ajo casi carbonizada) antes de mezclar con el vino, me gusta mucho esos aportes de asar estos vegetales, les digo con toda seguridad que, se siente en el paladar.

Ingredientes para la salsa:

1 taza de vino blanco seco

1 taza de vino sauvignon

2 cebolleta medianas (asadas)

$\frac{1}{2}$ taza de mantequilla

$\frac{1}{2}$ taza de aceite de oliva

2 dientes de ajo picados (asados)

Unas gotas de zumo de limón

pimienta negra

sal

Preparemos la salsa:

Coloque la cebolleta y el ajo en una bandeja para hornear forrada de aluminio. Mezcle con $\frac{1}{2}$ taza de aceite de oliva y un poco de sal. Ase hasta que esté bien carbonizado, aproximadamente 15 minutos. Baje la temperatura del horno a 200 ° .

Coloque las cuñas de las cebolletas en una bandeja para hornear forrada de aluminio. Rocíe con aceite de oliva y espolvoree sal y pimienta. Asar hasta que comience a ablandarse y dorar, aproximadamente 20 minutos.

Mientras la cebolleta se cocina, vierta el vino en una cacerola. Lleve a ebullición, para luego bajar a fuego lento y reducir el vino más o menos a la mitad, durante unos 10 minutos. Agregue la cebolla y el ajo carbonizados a una sartén, revuelva para mezclarlos. A fuego lento, bata la mantequilla poco a poco, teniendo cuidado de no hervir la mezcla. Retirar del fuego y agregar sal, pimienta y jugo de limón al gusto.

Retire la bandeja del horno y mueva la cebolleta a un lado. (Si la cebolleta ya está a su gusto, retírela del horno y colóquela en un lugar que ayude a conservar la temperatura.) Coloque los filetes de salmón con la piel hacia abajo. Espolvorear con sal y pimienta y rociar con aceite de oliva. Asar el salmón al punto de cocción deseado, o aproximadamente 12 minutos. Mientras el salmón se cocina, corte las cebolletas previamente reservadas en pedazos de cuartos.

Extienda un cuarto de la salsa de cebolla cocinada en cada uno de los cuatro platos. Cubra con el salmón asado, con la piel hacia arriba, y adorne con las hojas de la cebolleta con forma hilachadas. De contorno ponga un cuarto de cada cebolleta asadas en cada plato. Sirva rebanadas de limón en el lado, si lo desea. Para 4 personas.