

Libreta: Pescados
Creado: 26/03/2018 17:41
URLOrigen: [http://www.tranbel.com/escalopines-de-salm%
c3%
b3n-sobre-hojas-de-endivias.html](http://www.tranbel.com/escalopines-de-salm%c3%b3n-sobre-hojas-de-endivias.html)

Escalopines de salmón sobre hojas de endivias

INGREDIENTES

- 4 lomos de salmón frescos o congelados
- 4 endivias delgaditas
- 2 yogures desnatados
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- el zumo de un limón
- sal y pimienta

PREPARACIÓN

Descongelar los lomos de salmón. Cuando estén semicongelados, cortarlos en pequeños escalopines.

Lavar las endivias y partirlas por la mitad.

Mezclar un yogur con un chorro de aceite de oliva, un poco de zumo de limón, sal y pimienta y reservar.

Pasar los escalopines de salmón por una sartén a baja temperatura, vuelta y vuelta.

Colocar en cada plato unos escalopines de salmón sobre las endivias. Servir aparte la salsa de yogur.