

SECONDI PIATTI

Salmone con misto di spezie cajun

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **15 min** COTTURA: **10 min** COSTO: **medio**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **media**



Il **salmone con misto di spezie cajun** è un piatto buono e dai profumi tipici della gastronomia creola degli Stati Uniti del sud! Delizioso e per niente comune, è un invito a sperimentare abbinamenti nuovi e sorprendenti che esaltano il sapore di questo inconfondibile pesce!

INGREDIENTI

SALMONE tranci - 4
CUMINO 1 cucchiaio da tavola
SEMI DI CORIANDOLO 1 cucchiaio da tavola
AGLIO tritato - 1 cucchiaio da tavola
PAPRICA 2 cucchiaini da tavola
PEPE NERO 1 cucchiaio da tavola
TIMO ESSICCATO 1 cucchiaio da tavola
ORIGANO ESSICCATO 1 cucchiaio da tavola
OLIO DI ARACHIDI 1 l
OLIO DI OLIVA
SALE ½ cucchiaini da tavola

PREPARAZIONE

- 1 Spellate il filetto di salmone facendo scorrere la lama di un coltello rigido tra la pelle e la polpa.



- 2 Tagliate il filetto in tranci e metteteli da parte.

Ora prendete un mortaio e riunitevi i semi di coriandolo, il cumino macinato, l'origano secco, il timo secco, la paprica dolce o piccante, l'aglio, il sale e il pepe macinato al momento.

Pestate per realizzare un composto omogeneo.





- 3 Quando vedete che l'aglio è completamente schiacciato, aggiungete un cucchiaio di olio di oliva e continuate a pestare per incorporarlo.



- 4 Distribuite il composto aromatico appena realizzato sui tranci in modo uniforme su entrambi i lati.

Adagiate i tranci in una teglia, copriteli con della pellicola trasparente e lasciate marinare da 30 minuti fino ad un'ora.



- 5 Scaldate un giro d'olio di semi in una padella e unitevi i tranci di salmone facendoli cuocere girandoli di tanto in tanto.



6 Servite il salmone con misto di spezie cajun su di un letto d'insalata verde.

