

SECONDI PIATTI

Salmone in friggitrice ad aria

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [5 min](#) COTTURA: [15 min](#) COSTO:

[basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Prepara il **salmone light e croccante** con la nostra ricetta per la [friggitrice ad aria](#): senza olio e ricco di gusto.

INGREDIENTI PER CUCINARE IL SALMONE IN FRIGGITRICE AD ARIA

FILETTO DI SALMONE 300 gr

POMODORINI 300 gr

OLIVE VERDI DENOCCIOLATE 30 gr

CAPPERI SOTT'ACETO 20 gr

CIPOLLA ROSSA piccola - 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PREZZEMOLO

SALE

PEPE

COME FARE IL SALMONE IN FRIGGITRICE AD ARIA

- 1 Taglia finemente al coltello il prezzemolo, taglia a fettine la cipolla, a rondelle le olive e a spicchi i pomodorini

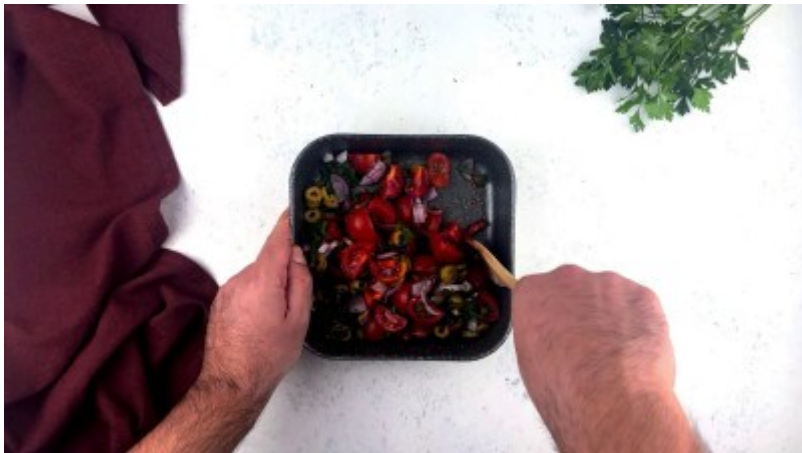


2 Nella teglia metti i pomodorini, unisci le olive, i capperi, la cipolla e il prezzemolo.





- 3** Regola di sale e pepe. Mescola il tutto. Con un mestolo crea un po' di spazio tra gli ingredienti e disponi i filetti di salmone. Condisci con olio extravergine di oliva.





4 Cuoci in friggitrice ad aria a 180°C per 15 minuti. Servi il salmone caldo e fumante per apprezzarne tutta la bontà!





SALMONE IN FRIGGITRICE AD ARIA: RICETTA LEGGERA E CROCCANTE

Il **salmone in friggitrice ad aria** è un'ottima ricetta per chi desidera un piatto di pesce croccante fuori e morbido dentro, senza dover utilizzare il forno o friggere in padella. Questa **ricetta salmone friggitrice ad aria** è facile e veloce, ideale per una cena leggera e saporita. Accompagnato da **pomodorini, olive e capperi**, il salmone risulta ancora più gustoso e perfetto per chi cerca una ricetta semplice e d'effetto.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Per un **salmone croccante friggitrice ad aria** perfetto, scegli filetti freschi o congelati ben asciugati, tutti della stessa dimensione, così da ottenere una cottura uniforme.

Prepara un condimento con **prezzemolo fresco, olive e capperi** per aggiungere un tocco di sapore mediterraneo, ma evita di usare troppo olio per mantenere il piatto leggero.

Se ti avanzano pomodorini o capperi, puoi utilizzarli per un'insalata o come topping per bruschette, evitando sprechi.

Con la friggitrice ad aria, il salmone cuoce in soli 15 minuti a 180°C, mantenendo la carne succosa e il sapore naturale.

COME CONSERVARE IL SALMONE IN FRIGGITRICE AD ARIA

Il **salmone in friggitrice ad aria** è ottimo consumato subito dopo la cottura per mantenere la sua croccantezza. Tuttavia, può essere conservato in frigorifero in un contenitore ermetico per un giorno. Al momento di riscaldarlo, puoi rimetterlo in friggitrice ad aria per pochi minuti a bassa temperatura per evitare che si asciughi.

POTRESTI CUCINARE ANCHE...

Se ti piace questa ricetta, ecco altre idee di piatti a base di pesce che puoi preparare in friggitrice ad aria:

Frittelle di gamberi in friggitrice ad aria: croccanti e perfetti come antipasto.

Fish & Chips in friggitrice ad aria: una variante leggera e croccante del classico fritto.

Calamari in friggitrice ad aria: un piatto aromatico e saporito, ideale per cene leggere.

Crocchette di patate in friggitrice ad aria: leggere e croccanti, ideali per un aperitivo sfizioso.