

# Salmón en salsa de setas



## INGREDIENTES (4 PERSONAS)

- 500 g de salmón
- 50 g de setas Shitake
- 50 g de champiñones
- 400 g de tomate triturado
- 100 ml de nata
- 40 ml de aceite de oliva
- Una pizca de sal
- Una pizca de pimienta
- Un poco de perejil
- ½ cebolla



## ELABORACIÓN

Se pica media cebolla muy fina.

A continuación, se coloca en un cazo, se añade un poco de aceite, un poco de sal y se coloca a fuego lento a pochar.

A su vez, se limpian y trituran las setas y los champiñones.

Cuando la cebolla esté pochada, se añaden las setas y champiñones y se rehogan.

Se cocinan los hongos y se añade el tomate triturado y la nata.

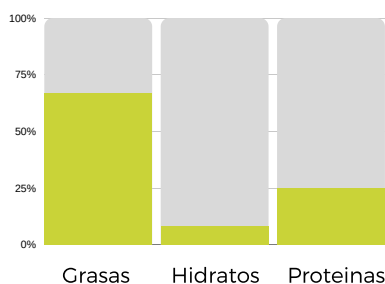
Debemos corregir la sal y colocar un poco de pimienta al gusto. Se deja reducir el agua del tomate y por último se agrega un poco de perejil picado.

Aparte, en una sartén antiadherente se marca el salmón dejándolo rosado en el interior.

Ya tendríamos lista esta receta de salmón en salsa de setas, y quedaría emplatarlo acompañando con la salsa.

## COMPOSICIÓN NUTRICIONAL

Valores por...	ración	100 g
Energía	382.63 kcal	123.63 kcal
Grasas	29.75 g	9.61 g
Hidratos	3.39 g	2.39 g
Proteínas	25.43 g	8.22 g
Fibra	2.64 g	0.85 g
Sal	1.48 g	0.48g



**Consejo:**  
La cebolla debe picarse muy fina, ya que esta salsa no será triturada.

