

Gli ultimi saranno i primi!



A S. Silvestro nel menù
Le lenticchie sono il clou
Mangiate insieme ai cotechini
Dicon portin bei soldini
A me non piace lo zampone
Allora metto un bel salmone
Se i soldini porterà
Non lo so...si vedrà
Ma di certo posso dire
Gran bontà a non finire
Qui vi lascio la ricetta
Preparata in tutta fretta
Di lenticchie e di salmone
Con un tocco di limone
E tanti auguri di Buon Anno
A color che passeranno

Buongiorno ragazzi, buon lunedì.

Rieccomi qui, dopo una brevissima pausa, con il primo post di questo 2011 appena cominciato. E fra le diverse ricette accumulate in questi giorni di "vacanza" ho scelto per oggi l'ultima in ordine di tempo, quella con cui ho chiuso il 2010 appena trascorso.

A Capodanno, si sa, è tradizione mangiare le lenticchie. Ma se le piccole lenti sono benvenute, ciò che a casa mia non è molto apprezzato è lo zampone. Quindi, per mantenere la tradizione e nello stesso tempo soddisfare i gusti di famiglia, ho pensato di sostituirlo con delle belle fette di salmone sempre assai gradite e questo è parte di ciò che ha allietato la nostra tavola la sera di S. Silvestro. Con tanto di bis da parte della "cavia" che si è leccata anche i baffi che non ha!



Salmone e lenticchie al limone

Print

Prep time

10 mins

Cook time

15 mins

Total time

25 mins

Per 2 persone

Author: Federica

Recipe type: Secondi piatti

Serves: 2

Ingredienti

- 2 fette di salmone da 150-170 gr ciascuna
- 200 gr di lenticchie già lessate
- funghi porcini secchi
- rosmarino

- timo
- 2 spicchi d'aglio
- 1 limone bio
- olio evo
- sale
- peperoncino (a piacere)

Procedimento

1. Sciacquare le fette di salmone sotto acqua fredda e asciugarle tamponandole con carta da cucina.
2. Strofinare le fette con uno spicchio d'aglio schiacciato, inserire ciuffetti di timo e rosmarino fra la pelle e la polpa, praticando delle piccole incisioni con le forbici, ed eventualmente ripiegare verso l'interno la parte finale di ciascuna fetta (non è necessario se le fette sono tagliate nella parte finale della coda), fissando il tutto con dello spago da cucina.
3. In un padella antiaderente far rosolare leggermente lo spicchio d'aglio rimasto, timo e rosmarino tritati con un paio di cucchiaini di olio, aggiungere le lenticchie, una manciata di funghi secchi, rinvenuti in acqua tiepida e tagliati a pezzetti, e lasciar insaporire per qualche minuto, aggiungendo qualche cucchiaino di acqua dei funghi (filtrata).
4. Regolare di sale, insaporire con una punta di peperoncino (facoltativo) e profumare con della scorza di limone.
5. Tenere in caldo.
6. In un'altra padella far scaldare un cucchiaino di olio, aggiungere le fette di salmone e lasciarle cuocere a fiamma viva 2-3 minuti per parte, regolando eventualmente di sale.
7. Profumare con altra scorza di limone.
8. Servire subito accompagnando con il contorno di lenticchie.



BUON ANNO a tutti, alla prossima ^__^

Con questa ricetta partecipo al contest di Alessandro "Controcorrente...Il Salmone"

