



Papelotes de salmão

por Família Vinagre

INGREDIENTES (para 4 pessoas)

600g de lombos de salmão
4 fatias de queijo da bola Limiano
1 limão
2 cebolas
50g de pimentos
150g de cogumelos frescos
150g de tomate cereja
Alho, sal e pimenta a gosto

PREPARAÇÃO

Ligue o forno e coloque-o a 200°C.

Tempere os lombos de salmão com o alho, o sal e a pimenta a gosto e regue com o sumo de 1 limão.

Corte as cebolas em pequenos pedaços e leve ao lume, numa frigideira (ou na wok) a alourar, juntamente com o alho.

Corte os tomates cereja ao meio e os pimentos em pedaços pequenos. Lave bem os cogumelos e corte-os também em pedaços.

Quando a cebola já estiver alourada, junte os legumes previamente cortados, tempere com sal, cubra com uma tampa, e deixe a refogar em lume muito brando

Corte 4 quadrados de uma folha de alumínio ou papel vegetal. Coloque os legumes, de igual modo, nos rectângulos de papel. Por cima coloque, um lombo de salmão. Feche os papelotes como se fosse papel de rebuçado. Leve ao forno durante cerca de 15 minutos, a uma temperatura moderada. Depois, abra os papelotes e coloque uma fatia de queijo da bola limiano por cima do lombinho de salmão. Deixe mais 5 minutos no forno.

Quando servir, abra os papelotes e acompanhe com batatinhas a murro e salada.