

SALMONE AL CARTOCCIO CON CAPPERI E POMODORINI, SU CREMA DI CAVOLFIORE

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

- *Salmone, filetto 500 g*
- *Pomodorini ciliegino 100 g*
- *Capperi sott'aceto 10 g*
- *Aglione 1 spicchio*
- *Prezzemolo un ciuffo*
- *Cavolfiore 400 g*
- *Olio extravergine di oliva 2 cucchiai*
- *Sale 1 pizzico*
- *Brodo vegetale (facoltativo)*

PREPARAZIONE

Il pesce e il cartoccio

Per preparare il salmone al cartoccio, elimina la pelle e le eventuali lisce dai filetti del pesce, aiutandoti con l'apposita pinzetta e un coltello sottile e affilato. Ora, taglia a metà il filetto per ottenere due tranci e poi adagiali su un foglio di carta forno.

Prepara il condimento tagliando a metà i pomodorini precedentemente lavati, a fettine sottili l'aglio privo della buccia e infine tritando il prezzemolo. Distribuisci sulla superficie dei tranci di salmone i capperi scolati, le fettine di aglio, i pomodorini tagliati, il prezzemolo tritato e ultima con un filo d'olio. Chiudi la carta forno sovrapponendo i lembi e sigillandoli per ottenere il cartoccio. Trasferiscilo in una teglia e cuoci in forno statico preriscaldato a 175°C per circa 20 minuti.

Il cavolfiore

Nel frattempo, taglia il cavolfiore ottenendo delle cimette, lavale e cuocile a vapore per circa 10 minuti. Terminata la cottura, trasferiscile in un contenitore alto e stretto, procedi frullando con un frullatore a immersione fino a ottenere una purea liscia e omogenea.

Se necessario, per rendere la purea cremosa puoi aggiungere un mestolo di acqua calda o brodo vegetale.

IMPIATTAMENTO

Terminata la cottura dei filetti di salmone, togliili dal forno. Per prima cosa, stendi un cucchiaio di crema di cavolfiore sul fondo del piatto di portata e poi adagia sopra un filetto di salmone per piatto. Insaporisci il pesce aggiungendo, come ultima cosa, un po' di fondo di cottura sui filetti e il piatto è pronto!

