

# *Salmón al horno con espaguetis de calabacín*

## INGREDIENTES

● AOVE	2 C	● TOMATE CHERRY	5
● DIENTES DE AJO APLASTADOS	2	● GUISANTES	100GR
● PUERRO CORTADO EN RODAJAS	1	● BRÓCOLI CORTADO A LA MITAD	MEDIO BRÓCOLI
● BULBO DE HINOJO EN RODAJAS	1		
● CALABACINES CORTADOS EN TIRAS	2		
● LIMÓN	1		
● FILETE DE SALMÓN SIN PIEL	1		
● HOJAS DE TOMILLO	2 CF		

## PREPARACIÓN

- PRECALENTAR EL HORNO A 200°C. PONGA 1 1/2 CUCCHARADAS DE ACEITE EN UNA BANDEJA DE ASAR. COLÓQUELO EN EL HORNO Y CALIÉNTELO DURANTE 5 MINUTOS. AÑADE EL AJO, EL PUERRO, EL HINOJO Y EL CALABACÍN A LA SARTÉN Y MÉZCLALO BIEN PARA CUBRIRLO CON ACEITE. SAZONAR CON SAL Y PIMIENTA. HORNEE DURANTE 5 MINUTOS.
  - CORTAR EL LIMÓN EN RODAJAS. 3. SAZONAR EL SALMÓN AL GUSTO. ESPOLVOREAR CON TOMILLO Y CUBRIR CON RODAJAS DE LIMÓN. 3. DISPONGA EL SALMÓN SOBRE LAS VERDURAS. ROCÍE CON EL AÇEITE RESTANTE. HORNEE DURANTE 10 MINUTOS. AÑADA LOS TOMATES A LA BANDEJA DE ASAR. HORNEE DURANTE 5 MINUTOS MÁS HASTA QUE EL PESCADO ESTÉ COCINADO A SU GUSTO Y LOS TOMATES ESTÉN SUAVES.
  - MIENTRAS TANTO, COLOQUE LOS GUISANTES Y EL BRÓCOLI EN UN BOL. VIÉRTALO SOBRE EL AGUA HIRVIENDO Y DÉJELO A UN LADO DURANTE 5 MINUTOS HASTA QUE ESTÉ TIERNO. ESCURRIR. 4. SIRVA EL PESCADO CON GUISANTES, BRÓCOLI Y TOMATE.
- CONSEJO: LOS ESPAGUETIS CON CALABACÍN SON UNA GRAN ALTERNATIVA A LA PASTA. SI NO SE DISPONE DE ELLOS, SE PUEDEN PREPARAR CON UN ESPIRALIZADOR, O INCLUSO CORTAR LOS CALABACINES EN TIRAS FINAS.