HerZechef



PLATOS PRINCIPALES

Nuggets de salmón con salsa satay

15min · 2 raciones · 579 kcal

Ingredientes

- Salmón
- Huevo batido
- Harina
- Pan rallado
- Sal y pimienta negra

SALSA

- **2 cucharadas** de salsa de soja
- Zumo de medio limón
- **1 cucharadita** de mantequilla de cacahuete
- **1 cucharada** de miel
- **1/2 cucharadita** de salsa picante

POR RACIÓN

Proteínas	**41 g**
Grasas	**25 g**
Hidratos	**44 g**
Fibra	**2,4 g**

Elaboración

1. Cortar el salmón en dados
2. Añadir sal y pimienta negra al salmón
3. Enharinar los trozos de salmón
4. Bañar en huevo batido y escurrir bien
5. Rebozar con pan rallado
6. Cocinar en la freidora de aire a 200 grados durante 15 minutos

SALSA

7. En un bol, añadir la salsa de soja, el zumo de medio limón, la miel y la crema de cacahuete
8. Añadir unas gotas de salsa picante si se desea
9. Mezclar todos los ingredientes

RECOMENDACIONES

Los nuggets también se pueden freír en aceite como alternativa a la freidora de aire.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de HerZechef
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto