



Salm3n con hierbas y lim3n al horno

Description

Ingredientes

Zumo de 1 lim3n
1 cucharadita de aceite de oliva
1 diente de ajo picado
4 oz de filete de salm3n
4 cucharadas de albahaca fresca picada, divididas
1 papa peque±a
2 cucharadas de yogur griego natural bajo en grasa
Sal y pimienta al gusto
1 taza de tomates picados
1 cucharada de vinagre bals3mico

Preparaci3n

- Precaliente el horno.
- Bata el zumo de lim3n, el aceite y el ajo.
- Cepille ambos lados del salm3n y hornee en una bandeja para hornear durante 10 minutos (hasta 145Â°F).
- Cubra el salm3n cocido con 2 cucharadas de albahaca.
- Caliente la papa en el microondas durante 8 minutos, hasta que est3 tierna.
- Cubra con yogur, sal y pimienta.
- Mezcle la albahaca restante, los tomates y el vinagre y sirva a un lado.