

Filetes de salmón con salsa de mostaza



Ingredientes: *(para 6 personas)*

Salmón fresco: 6 rodas/filetes

Harina: 1 cucharada

Leche: 1/2 litro

Mantequilla: 20 gr

Aceita: 1 cucharada sopera

Mostaza: 3 cucharadas de mostaza

Limón: el zumo de 1/2 limón

Perejil: 1 cucharada de perejil picado

Mantequilla: 40 gr en trocitos

Sal

Preparación:

1. Quitar las espinas a las porciones/filetes del pescado. Se lavan después y se secan muy bien con un trapo limpio.
2. Se colocan en una fuente resistente al horno de forma que los filetes no monten unos encima de otros.
3. En una sartén se derrite la mantequilla (20 gr) con el aceite; una vez derretida, se añade la harina, se dan unas vueltas con una cuchara de madera y después, poco a poco, se añade la leche fría sin dejar de dar vueltas.
4. Se cuece la bechamel unos 10 minutos y, fuera ya del fuego, se agrega entonces la mostaza y el zumo de limón. Se prueba de sal y, si hace falta, se rectifica, pero con la mostaza es fácil que se tenga que salar muy poco.
5. Se vierte esta salsa sobre los filetes de pescado, se espolvorea el perejil y se ponen los trocitos de mantequilla. Se mete al horno mediano unos 25 a 30 minutos. Se sirven entonces en su misma fuente.