



## Salmone e finocchi con salsa al finocchietto e pinoli

Tempo: 15 min

Difficolta': 1

Prodotto: Filetto di Salmone all'Olio d'Oliva

---

### Ingredienti per quattro persone

- 2 confezioni di Filetto di Salmone all'olio di oliva da 150g
- 2 finocchi
- 20g di pinoli
- qualche rametto di finocchietto selvatico
- un cuore di insalata riccia
- 40g di olio extra vergine di oliva
- 1 cucchiaio di succo di limone
- sale
- pepe

### Procedimento

1. Stempera nel succo di limone un po' di sale e abbondante pepe appena macinato, unisci il finocchietto selvatico sminuzzato e l'olio e amalgama bene tutto sbattendo con una forchetta.
2. Dividi in cimette l'insalata riccia e taglia a fettine sottili i finocchi dopo aver eliminato le foglie esterne piu' dure. Fai tostare leggermente i pinoli in un padellino antiaderente senza condimento.
3. Sgocciola il salmone e sfoglialo leggermente. Sistema a strati nei piatti un po' di insalata, i finocchi, il salmone quindi ancora finocchi e salmone, condendo con la vinaigrette preparata ogni strato. Completa con i pinoli tostati e servi subito.



## Le Ricette di Rio Mare PER TUTTE LE OCCASIONI

### Il consiglio dello Chef

I grandi chef hanno sempre dei piccoli trucchi per trasformare una semplice ricetta in un piccolo capolavoro di gusto. Quali? Controllare di avere a disposizione gli strumenti e gli ingredienti giusti e compiere tutti quei piccoli gesti che aiutano la creatività in cucina.

Scopri i segreti di Rio Mare!

### Finocchietto

Utilizza abbondante finocchietto selvatico sbollentato e tritato per condire le sarde: un matrimonio di sapori ideale!

### Pinoli

Oltre che nel celeberrimo pesto, i pinoli entrano in un gran numero di ricette, sia dolci che salate. Si consumano crudi oppure tostatati.

### Stemperare

Per evitare grumi, non versare la farina di colpo, ma filtrala un po' per volta attraverso un colino.

### Tostatura

Per tostare il riso, fase essenziale per preparare il risotto, versalo in olio o burro già caldi e mescola con una spatola finché i chicchi diventano lucidi. Per tostare mandorle o pinoli, ungi appena una padella antiaderente e cuoci a fuoco medio per 3/4 minuti mescolando spesso, fino a che non prendano colore.