

# Salmón Sencillo con Salsa de Eneldo

## Ingredientes:

1 filete de salmón (2 libras)

1/2 taza de crema ácida (baja en grasa)

1/2 taza de pepinos (finamente picados)

2 cucharadas de salsa de soya (baja en sodio)

1 cucharadita de eneldo fresco

1 cucharada de aceite de oliva (opcional)

Pimienta negra gruesa

Precalentar el horno a 450° F

Agregar aceite al sartén

Colocar el pescado en el sartén (piel hacia abajo)

Rociar salsa de soya

Espolvorear pimienta

Hornea por 10 minutos por pulgada de grosor

Salsa de Eneldo: combinar crema ácida, pepino, eneldo

Mezclar bien

Refrigerar hasta que se necesite

El pescado está cocido cuando está opaco y escamoso

Cubre el pescado con salsa de eneldo

Sirve caliente o frío

¡Disfruta!

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.

**healthclips**<sup>®</sup>