

## GLI EDITORIALI

# Cuore di salmone con cavolo rosso, datteri e nocciole

Un secondo piatto colorato e aromatico.

**Tempo preparazione** per il Salmone: ca 30 minuti, per il cavolo: ca 25 minuti

**Difficoltà:** media

4 persone

### Ingredienti:

- 4 tranci di salmone
- 500 gr cavolo cappuccio rosso
- 50 gr nocciole
- 4 fette pane bianco in cassetta Bennet
- 12 pz datteri
- 20 ml aceto di vino rosso Bennet
- 1 pz aglio (in camicia)
- 1 cucchiaio miele d'acacia Selezione Gourmet Bennet
- q.b. sale e pepe
- q.b. olio evo fruttato
- q.b. salvia



### Procedimento:

Rivestire di carta forno una teglia e adagiarvi i filetti di salmone, condirli con un goccio d'olio evo e un pizzico di sale.

Tagliare a cubettini molto piccoli il pane in cassetta e metterlo in una ciotola, aggiungere un pizzico di sale, un cucchiaio di olio extravergine di oliva e della salvia.

Tostare le nocciole in padella e tritarle grossolanamente, e aggiungerle alla panure.

Tagliare a julienne fine il cavolo rosso, tagliare a metà i datteri eliminando il nocciolo.

Rosolare in un goccio di olio e uno spicchio di aglio in camicia il cavolo cappuccio, il miele, sfumare con l'aceto rosso e abbassare la fiamma.

Far cuocere dolcemente per 5 minuti e aggiungere quindi i datteri.

Condire con sale e pepe e cuocere dolcemente per circa 15/20 minuti finché non risulterà croccante, ma cotto.

Nel frattempo, distribuire la panure sopra il pesce e cuocete in forno preriscaldato a 200° per circa 20 minuti.