

Noruega como punto de partida

El óvalo rojo, blanco y azul del logo, junto con el barco de pescadores y las montañas de fondo, nos hablan de los productos del mar de Noruega y de su origen: sus aguas frías y cristalinas. Los pescados son capturados, procesados y controlados por expertos profesionales noruegos de acuerdo con el marco normativo vigente. Además, todo el proceso de elaboración goza de la garantía de las autoridades y del Gobierno de Noruega, así como la trazabilidad de los productos. La marca "NORGE - Productos del Mar de Noruega" fue creada hace una década, para los mercados que importaban productos del mar, y representa una garantía de origen y de calidad para los consumidores.

El Consejo de Productos del Mar de Noruega es una institución fundada en 1991 por el Ministerio de Pesca y Asuntos Costeros de Noruega, con sede en Trømso, Noruega, para supervisar la comercialización de los productos del mar de Noruega a través de todo el mundo y divulgar su conocimiento a través de acciones informativas y de marketing.



CONSEJO DE PRODUCTOS DEL MAR DE NORUEGA

Plaza de Colón, 2, - Torre 2 - Planta 20
28046 MADRID
Telf.: 91 344 17 88 - Fax: 91 344 02 32

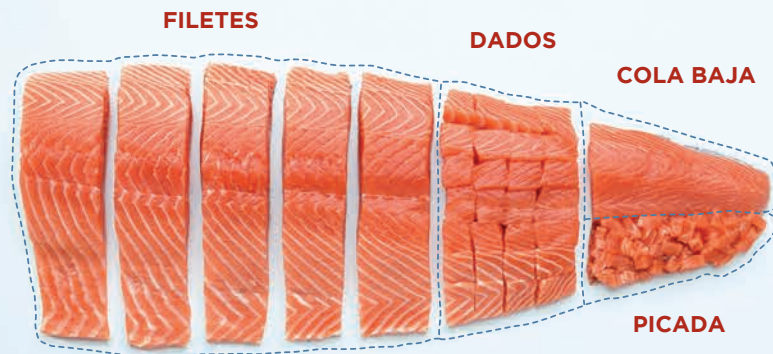
Para más información
mardenoruega.es



Guía de preparación

Descubre la gran variedad de platos de primera calidad y los cortes que se pueden crear a partir del Salmón Noruego.

CORTES DEL SALMÓN NORUEGO



COLA BAJA



Aquí se encuentran los músculos que el Salmón Noruego emplea para moverse, de ahí su mayor infiltración grasa. A la hora de cocinarla, obtendremos mejores resultados si separamos las partes más delgadas de las más gruesas, para poder ajustar el tiempo de cocción de cada una de ellas.

FILETES



Resulta ideal para una preparación rápida. Un par de minutos por cada lado y ya está listo para disfrutar. Gracias a la homogeneidad de su grosor, el punto de cocción se mantiene en toda la pieza. Así, cualquiera puede obtener grandes resultados.

PICADA



Cortar la carne de la cola baja en tiras largas y delgadas. Después, cortar en modo transversal, para crear dados pequeños. Con esta preparación se puede hacer un exquisito tartar, además de hamburguesas, empanadas o mousse.

DADOS



Para lograr dados de igual tamaño, cortar unas tiras longitudinales del mismo grosor de la cola baja. A continuación, cortar las tiras en transversal haciendo un tablero de ajedrez. Utilizar los dados para elaborar brochetas y pinchos.

Salmón Noruego Mi mejor secreto

*De Noruega
a tu mesa*



salmonoruego.com

Descubre más en salmonoruego.com



El Salmón Noruego

Su secreto para gustar a todos

Lleno de propiedades, delicioso, versátil y variado... nadie se resiste a este pescado

El Salmón Noruego es bueno para toda la familia. Es un aliado para mantener una alimentación sana y equilibrada en el hogar. Además, hay un Salmón Noruego para cada día. Según qué vayamos a preparar, podemos elegir un corte u otro. Unos lomos bien emplatados para una cena elegante o una carne picada para hacer unas sanísimas hamburguesas para todos. El único límite es la imaginación.

Bueno para todos

Incorporar el Salmón Noruego a la dieta habitual de toda la familia tiene importantes beneficios debido a sus propiedades:

Proteínas: necesarias a cualquier edad. Las que contiene el Salmón Noruego son las denominadas “de alto valor biológico”, por ser las que mejor asimila el organismo.

Vitaminas y minerales: imprescindibles para mantener una alimentación equilibrada.

Omega 3: el Salmón Noruego es particularmente rico en esta grasa saludable.

Secretos para que el Salmón Noruego Fresco os guste aún más

Aceite: unta unas gotas en uno de los dos lados del salmón Noruego.

Sal: añádela justo antes de servir.

Preparación: no emplees mucho tiempo de cocción ni excesiva temperatura. Déjalo reposar 2-4 minutos antes de servir.



Salmón Noruego Fresco con Espárragos y Cebollitas Agridulces

Ingredientes

(para 4 personas)

- 800 g de [Salmón Noruego Fresco](#) en lomos
- 2 manojos de espárragos verdes
- 15-20 cebollitas francesas medianas
- 3 cucharadas de azúcar
- 3 cucharadas de vinagre de Módena
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal

Elaboración

- Pelar y partir las cebollitas francesas (mitad o cuartos) en una cazuela con 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra. Hacerlas lentamente hasta que tomen color y estén tiernas pero enteras. Agregar el azúcar y el vinagre de Módena. Seguir la cocción con la cazuela tapada otros 5 minutos.
- Retirar la parte dura de los espárragos verdes y hacer en sartén con 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra a fuego medio. Cuando estén tiernos, salar y retirar.
- Salar los lomos de Salmón Noruego Fresco e introducir en el horno precalentado durante 3 o 4 minutos.
- Servir todo junto, adornando el Salmón Noruego Fresco con algún espárrago verde partido menudo.

Brochetas de Salmón Noruego Fresco

Ingredientes

(para 4 personas)

- 600 g de [Salmón Noruego Fresco](#) en tacos
- 1 puerro
- 1 pimiento verde
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Palitos de madera

Opcional:

- Tomillo seco

Elaboración

- Retirar la piel a los lomos de Salmón Noruego Fresco y partir en tacos.
- Lavar y cortar el pimiento verde en trozos regulares.
- Retirar la parte verde del puerro. Lavarlo y cortarlo en rodajas de 1 cm. aproximadamente.

Salsa

- Insertar en los palitos de madera los tacos de Salmón Noruego Fresco alternándolos con la verdura.
- Salar y untar con aceite de oliva virgen extra.
- Hacer en sartén o plancha bien caliente dando la vuelta a la brocheta para marcar por todos los lados.

Salteado de Salmón Noruego Fresco con arroz

Ingredientes

(para 4 personas)

- 800 g de [Salmón Noruego Fresco](#)
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- 1 cebolleta
- 2 tazas de arroz largo cocido
- 4 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- 3 cucharadas de salsa de soja
- 1/2 limón
- Sal

Elaboración

- Retirar la piel a los lomos de Salmón Noruego Fresco, partir en pequeñas tiras y reservar.
- Partir el pimiento rojo, el pimiento verde y la cebolleta, en juliana.
- En una sartén con el fondo de aceite de oliva virgen extra, saltear las verduras a fuego vivo durante 5 minutos. Salar con mesura.
- Agregar la salsa de soja y el arroz largo cocido. Mezclar todo bien y rociar con unas gotas de limón.
- Espolvorear con sal las tiras de Salmón Noruego Fresco y disponer por encima del arroz con verduras. Tapar la sartén y dejar al fuego 1 o 2 minutos más aproximadamente hasta que el Salmón Noruego Fresco cambie de color.
- Servir de inmediato.