

## DELICIAS DE SALMÓN A LA MIEL CON BASE DE PATATA

### Ingredientes para 4 personas

- 2 lomos de salmón / 4 zanahorias / 4 patatas / 250 gr de champiñones / 1 cebolla / 2 dientes de ajo / 1 vaso de agua / 1 cucharada de soja / 4 cucharadas de miel / Sal / Pimienta negra / Harina / Aceite de oliva



### Proceso para realizar las delicias de salmón:

1. Corta en dados pequeños los lomos de salmón (👩🍳)
2. Salpimenta y enharina ligeramente
3. Pela y pica la cebolla los ajos y las zanahorias en brunoise. (👩🍳)
4. Pela y corta en láminas los champiñones (👩🍳)
5. En una sartén con un poco de aceite de oliva marca (dorar con aceite muy caliente) los daditos de pescado (👩🍳)
6. A continuación sácalos y reservalos (👩🍳)
7. En ese mismo aceite, pochá la cebolla, los ajos y las zanahorias que previamente has pelado y picado (👩🍳)
8. Una vez que la verdura esté pochada, incorpora los champiñones y saltea (👩🍳)
9. Añade el salmón, la soja, la miel y el agua (👩🍳)
10. Deja cocinar a fuego suave unos 20 minutos
11. Pela las patatas y córtalas en medias lunas de medio centímetro
12. Cocina las patatas durante unos 15 minutos a fuego medio (👩🍳)
13. Emplata poniendo como base la patata y sobre ella los daditos de salmón

**Nota:** Durante el proceso los niños tendrán que realizar actividades que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). El símbolo 👩🍳 significa que los padres en estas actividades deben **supervisar**, o **ayudar**, o incluso **realizar** la tarea (en función del desarrollo madurativo del niño). Siempre pueden consultar en la escuela cualquier duda. Los niños en la Escuela utilizan cuchillos KA