

## Panini con medaglioni di salmone



I medaglioni di salmone sono gustosissimi, specialmente se mangiati a mo' di hamburger con panini al sesamo, insalata e pomodori. L'unica piccola difficoltà in questa preparazione sta nel far compattare i medaglioni di salmone prima di poterli cuocere.

Esecuzione: facile

Preparazione: 10'

Cottura: 10'

Dosi per 2 persone

Ecco come preparare i panini tipo hamburger al salmone. Innanzi tutto devi pulire bene il salmone

togliendo la pelle e facendo attenzione a rimuovere tutte le lische. Quindi passalo al mixer senza però tritarlo troppo finemente (puoi anche sminuzzarlo con un coltello).

Mischialo in una ciotola con la maionese, un cucchiaino di erba cipollina tritata, sale e pepe fino ad ottenere un composto omogeneo e compatto.

Aiutandoti con due coppapasta del diametro di 8-10 cm, forma i medaglioni di salmone: appoggia i coppapasta in un foglio di carta da forno sopra un vassoio e riempi pressando bene il composto di salmone e maionese. Lasciali quindi riposare e compattare in frigorifero per una mezzoretta.

Scalda poco olio in una padella antiaderente ed estrai i medaglioni dai coppapasta adagiandoli delicatamente in padella facendo attenzione a non romperli. Dopo pochi minuti di cottura da un lato, girali con una spatola e lasciali dorare anche dall'altro.

Scalda i panini da hamburger (in forno, alla piastra, nel tostapane) e farciscili con il medaglione di salmone, delle fette di pomodoro e lattuga.

Se preferisci, puoi servire i medaglioni di salmone in un piatto accompagnato dalla verdura.

## **Ingredienti per 2 persone:**

- 500 gr di salmone
- 2 cucchiaini di maionese
- erba cipollina
- sale
- pepe
- olio EV di oliva
- 2 panini da hamburger
- 1 pomodoro
- 4 foglie di insalata verde