

Piniritong Salmon na may Abokado Sarsa

Mga Sangkap :

6 piraso na salmon fillet

2 1/2 kutsarang katas ng lime

1/2 kutsara toyo

Kaunting pamintang itim

1 kutsarita dinikdik na bawang

Panimpla :

Mga Sangkap ng Abokado Sarsa: 60 gramo hinog na abokado 60 gramo yogurt 85 ml katas ng grange 1 kutsarita katas ng lime 1 clove na bawang dinikdik 1 kutsarita itim na paminta ground 1 kutsara pulot pukyutan 1 kutsa rita worcestershire sauce

Paraan ng pagluluto :

Sa Blender, i-blend ang mga sangkap ng avocado dressing hang-gang sa pinong iVpino. Sa maliit na mangkok, ihalo ang salmon, katas ng lime. Toyo, itim na paminta, at bawang, haluin maigi. Iabad ng 30 minutos. Iprito ang salmon, hang-gang maluto ang parehong kabila. Ihain kasama ng abokado dressing.