

Ένας ωραίος τρόπος για να απολαύσετε το σολομό, εύκολα και γρήγορα. Τον ψήνετε στο τηγάνι με πάπρικα καπνιστή και εστραγκόν και έχετε ένα απολαυστικό πιάτο σε ελάχιστο χρόνο!

## Τι θα χρειαστείτε

2 φέτες φρέσκου σολομού

1 κ.σ. ελαιόλαδο

Εστραγκόν

Καπνιστή πάπρικα

Χυμός μισού λεμονιού

Αλάτι και πιπέρι

# Σολομός με καπνιστή πάπρικα και εστραγκόν

## Εκτέλεση συνταγής

Αλατοπιπερώνουμε τις φέτες του σολομού και από τις δύο μεριές.

Πασπαλίζουμε με πάπρικα και εστραγκόν.

Σε αντικολλητικό τηγάνι βάζουμε μία κουταλιά ελαιόλαδο. Βάζουμε τις φέτες του σολομού και ψήνουμε λίγα λεπτά σε μέτρια φωτιά. Μόλις γυρίσουμε το σολομό, σβήνουμε με λεμόνι. Ψήνουμε 2-3 λεπτά ακόμη, ανάλογα με το πάχος που έχει το ψάρι μας.

Προσοχή, μην παραψήνετε το σολομό. Καλό είναι να είναι ζουμερός!

Αν θέλετε συνδυάστε τον με αυτό το εκπληκτικής νοστιμιάς [πλιγούρι με λαχανικά](#)

Καλή όρεξη!

# Σολομός με καπνιστή πάπρικα και εστραγκόν

## Βήμα προς Βήμα

- 1 Αλατοπιπερώνουμε τις φέτες του σολομού και από τις δύο μεριές.
- 2 Πασπαλίζουμε με πάπρικα και εστραγκόν.
- 3 Σε αντικολλητικό τηγάνι βάζουμε μία κουταλιά ελαιόλαδο. Βάζουμε τις φέτες του σολομού και ψήνουμε λίγα λεπτά σε μέτρια φωτιά.
- 4 Μόλις γυρίσουμε το σολομό, σβήνουμε με λεμόνι. Ψήνουμε 2-3 λεπτά ακόμη, ανάλογα με το πάχος που έχει το ψάρι μας. Προσοχή, μην παραψήνετε το σολομό. Καλό είναι να είναι ζουμερός!
- 5 Αν θέλετε συνδυάστε τον με αυτό το εκπληκτικής νοστιμιάς-πλιγούρι με λαχανικά Καλή όρεξη!