

POKE DE SALMÓN, AGUACATE, RÁBANOS, CEBOLLA Y MANZANA KANZI®



Ingredientes:

- 100 g. Salmón previamente congelado
- 60 g. Arroz basmati
- 5 Rábanos
- 1/2 Manzana Kanzi®
- 1/2 Aguacate
- 1/4 Cebolla
- Aceite de oliva
- Salsa de soja
- Aceite de sésamo ó aceite de sésamo.
- Sal y pimienta

Preparación

En primer lugar cocer el arroz durante aproximadamente unos 15 - 20 minutos con una pizca de sal.

Mientras se cuece el arroz, aprovechamos para cortar el salmón (previamente congelado al menos 72 horas) en daditos. En un bol lo sazonamos con un poco de salsa de soja, unas gotas de aceite de sésamo (si no tienes puedes usar aceite de oliva), cilantro y reservamos.

Por otro lado, cortamos todas las verduras y la manzana al gusto. Recuerda que el poke puede ser un plato muy vistoso, si te lo trabajas obtendrás resultados espectaculares.

Solo nos quedará montar el tupper al gusto y disfrutar de una comida deliciosa.