



Plats



Vapeur

Pokebowl avocat saumon

Salade avec riz sauvage, tartare de saumon au soja, tranches d'avocat et sauce Redhot original.



Photos SDV

Mise en place

La veille au soir mettre en décongélation les lamelles d'avocat en froid positif.
Cuire le riz sauvage.

Couper la tortilla de blé en lanières et la faire frire environ 40 secondes dans une friteuse à 180° maximum, puis les reserver sur papier absorbant.
Couper le saumon frais en cubes.
Assaisonner le saumon avec le citron vert, l'huile d'olive et la sauce soja.

Mise en oeuvre

Au moment de servir ajouter au saumon l'aneth fraîche, les graines de courge et les graines de pavot.
Dresser avec le riz sauvage, les lamelles d'avocat et les lanières de tortilla de blé.
Vous pouvez ajouter un trait de sauce Redhot original sur l'ensemble.

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
TORTILLAS DE BLE Ø 15 CM - sans huile de pa	7569	0.5 pces
SAUCE SOJA LEGERE	6677	8 ml
TRANCHES D'AVOCAT ORIGINE PEROU	7770	30 g
SAUCE REDHOT ORIGINAL	6806	4 g
Saumon frais (filet)		100 g
Riz sauvage		40 g
Graines de pavot		8 g
Huile d'olive		5 ml
Citron vert		0.5 pces
Aneth		5 g