

## SALMÃO ASSADO

### INGREDIENTES

- 100 gramas de salmão, rosa, assado, grelhado
- 30 gramas de shoyo
- 5 gramas de tempero para Salmão
- 10 gramas de óleo de oliva - La Violetera

### MÉTODO DE PREPARO

1º assar

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	174 kcal	9 %
CARBOIDRATOS	2 g	1 %
PROTEÍNA	18 g	24 %
GORDURA	4 g	7 %
GORDURAS SATURADAS	2 g	7 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	1 %
SÓDIO	2401 mg	100 %