

CEVICHE DE SALMÃO

 2 porções

INGREDIENTES

- 2 Lombos de salmão Selvagem Congelado (200 g)
- 2 unidades médias de tomate cru (270 g)
- 1/2 unidade de abacate (156 g)
- 1/2 prato de cebola roxa (100 g)
- 2 unidades (5,5 cm de diâmetro) de lima (120 g), sal, pimenta e cebolinho a gosto

MÉTODO DE PREPARAÇÃO

- 1º Cortar os lombos de salmão em cubos. Repetir o mesmo com o abacate.
- 2º Retirar as sementes dos tomates e cortá-los em cubos.
- 3º Cortar a cebola em tiras finas
- 4º Misturar todos os ingredientes e temperar com o sumo das limas , sal, pimenta, salsa e cebolinho a gosto.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (374 g)	% DR
ENERGIA	58 kcal	218 kcal	11 %
PROTEÍNA	6 g	23 g	47 %
H. CARBONO	2 g	8 g	3 %
AÇÚCARES	2 g	7 g	8 %
GORDURA	2 g	8 g	12 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	1 g	6 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	5 g	22 %
SÓDIO	8 mg	29 mg	1 %