

Poke de salmão, abacate e alface

● Total 15 minutos 2 porções

Ingredientes

ou

4 folhas grandes de alface (60 g)

ou

100 gramas de salmão, rosa, cru

ou

100 gramas de abacate

ou

1 unidade de pimenta, hot chili, vermelha, cru (45 g)

ou

1 unidade pequena de cebola (30 g)

ou

2 colheres de sopa de gergelim semente (20 g)

ou

5 colheres de sopa de shoyu (75 g)

ou

1 unidade de limão tahiti, suco, cru (60 g)

ou

2 colheres de chá de gengibre, cru (4 g)

Método de preparo

1

Bata o shoyu, suco de limão, 01 col [sob] de wasabi e o gengibre no liquidificador, coe e reserve na geladeira. Em um bowl (ou prato fundo), coloque a alface, o arroz, o salmão, o abacate, a pimenta, a cebola e a jalapeño (opcional). Regue com o molho e polvilhe com o gergelim.