

POKE BOWL DE SALMÓN



Ingredientes para 4 personas:

400 gr de salmón

300 gr de arroz

1 aguacate

1 cebolleta

1 pepino

1 mango

Alga wakame hidratada

1 tomate

2 limas (o 1 limón)

3 cucharadas de aceite de sésamo

4 cucharadas de salsa de soja

Sal

Semillas de sésamo

PREPARACION:

1. Corta el salmón en dados y ponlos en un recipiente, añádele el aceite de sésamo, la salsa de soja, el zumo de las limas, la cebolleta cortada y deja marinar mientras preparas el resto.
2. Cocina el arroz con agua y sal, añádele si quieres unas hojas de laurel. Cuando este cocido, escurre y reserva.
3. Corta el aguacate y el pepino en rodajas, el mango y el tomate en cubos.
4. Reparte el arroz en cuatro boles. Coloca encima el pescado marinado, las verduras y el alga picada fina. Y por último espolvorea con semillas de sésamo. ¡¡¡¡Y a comer!!!!