

ANTIPASTI E SNACK

# Salmone in insalata

---

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [media](#)    PREPARAZIONE: [10 min](#)    COSTO: [elevato](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [difficile](#)

---



Quando arriva l'estate e inizia a fare tanto caldo, oppure semplicemente quando non si ha molta voglia di stare ai fornelli ma comunque si vuol gustare qualcosa di saporito e gustoso, il salmone in insalata è proprio il piatto giusto. Il sapore delizioso dell'avocado, il sentore di affumicato del salmone e la leggerezza dell'insalatina, rendono questo piatto proprio fresco e goloso, una ricetta questa davvero imperdibile che diverrà decisamente un asso nella manica di molti di voi durante le cene estive.

Provate questa ricetta, dal risultato elegante e piacevole per gli occhi e per il palato e vedrete che successo sulle vostre tavole. Se amate questo ingrediente e vi piacerebbe provare qualche ricetta

particolare, ve ne proponiamo qui di seguito:  
salmone lime e miele, spettacolare piatto anche  
questo!

## INGREDIENTI

SALMONE AFFUMICATO 200 gr

VALERIANA 2 mazzetti

AVOCADO 1

LIMONE 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiai da tavola

SALE

## PREPARAZIONE

**1** Dividete a metà l'avocado, eliminate il nocciolo e sbucciatelo.



**2** Tagliate l'avocado a cubettoni e aggiungetelo in un'insalatiera insieme alla valeriana.



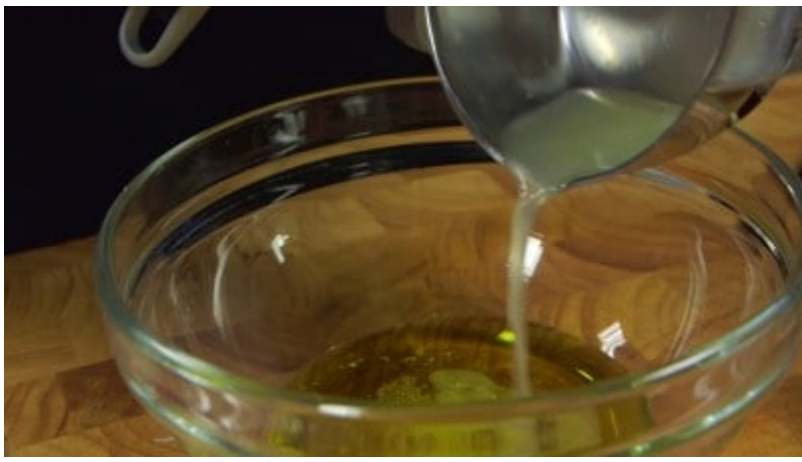
**3** Tagliate a striscioline il salmone affumicato e aggiungetelo nell'insalatiera.





4 A questo punto preparate l'emulsione: spremete il limone, quindi trasferite il succo in una ciotola con dell'olio extravergine d'oliva.





5 Salate ed emulsionate il tutto.



6 Condite l'insalata di salmone con l'emulsione fatta e servite.

