ANTIPASTI E SNACK

Bicchierini tricolore con avocado, formaggio e salmone

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 20 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



I **bicchierini tricolore** sono la soluzione perfetta quando desideri portare in tavola un antipasto di classe senza dover cucinare o passare ore ai fornelli. Questa ricetta punta tutto sulla bellezza della presentazione a strati sovrapposti: alla base troviamo una crema vellutata di avocado brillante aromatizzata al lime, al centro un soffice strato bianco di formaggio fresco montato e in cima una ricca dadolata di salmone affumicato, impreziosita dal profumo resinoso dei grani di pepe rosa sbriciolati a mano.

Se ami i piatti monoporzione moderni come il nostro gateau al bicchiere, questa proposta fredda

conquisterà i tuoi ospiti per freschezza e leggerezza. L'abbinamento richiama la delicatezza della celebre tartare di salmone e avocado e l'eleganza raffinata dell'insalata di finocchi, rappresentando un'alternativa chic e ariosa a una classica mousse di salmone. Per comporre un buffet impeccabile per le feste, puoi disporli accanto alle bruschette con caprino e melagrana o ai golosi tartufini ricotta e mortadella, aprendo il brindisi insieme a un frizzante spritz. Preparare i bicchierini tricolore richiede solo dieci minuti: basta dosare bene gli strati con l'aiuto di una sac-à-poche per ottenere un piccolo capolavoro di cromatismo e gusto.

INGREDIENTI PER I BICCHIERINI TRICOLORE:

AVOCADO MATURO grande - 1

LIME 1

FORMAGGIO SPALMABILE oppure yogurt greco colato - 200 gr

SALMONE AFFUMICATO 150 gr

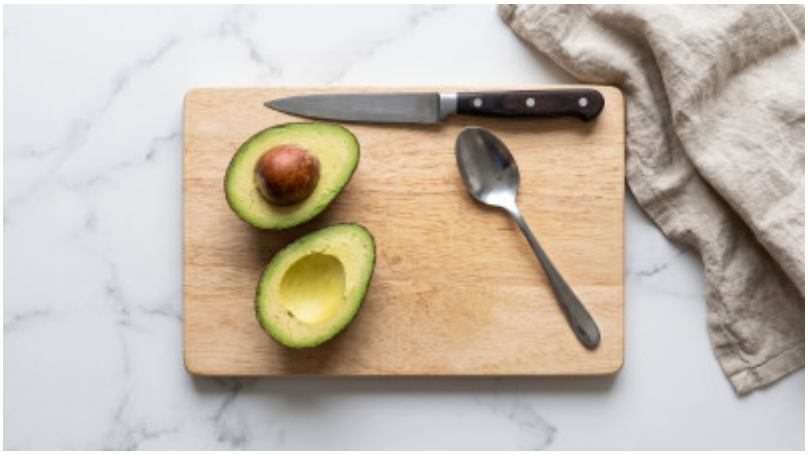
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 1 cucchiaio da tavola

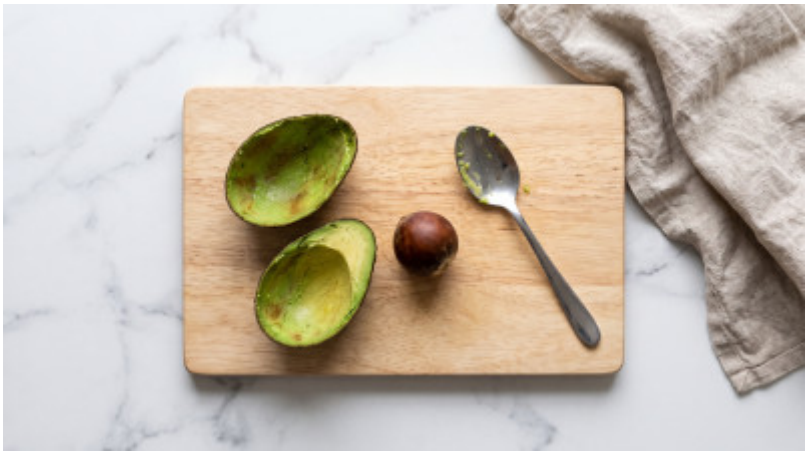
SALE

PEPE ROSA in grani -

PREPARAZIONE

1. Prepara la crema di avocado (Strato Verde): Taglia a metà l'avocado, elimina il nocciolo centrale ed estrai la polpa aiutandoti con un cucchiaio. Mettila in una ciotola, versa il succo di lime filtrato, aggiungi un filo d'olio extravergine d'oliva e un pizzico di sale. Schiaccia bene con una forchetta fino a formare una purea liscia e omogenea.









2 Lavora la crema bianca (strato bianco): in una ciotolina a parte, mescola energicamente il formaggio spalmabile (o lo yogurt greco) per qualche secondo per renderlo morbido, setoso e facile da stratificare. Taglia il salmone (strato rosa): stendi le fette di salmone affumicato sul tagliere e ricava dei cubetti piccoli e regolari con un coltello a lama liscia ben affilato.









3 Componi i bicchierini: prendi i quattro bicchierini e distribuisci sul fondo la purea di

avocado, livellandola con cura usando il dorso di un cucchiaino. Crea lo strato intermedio bianco: aggiungi delicatamente il formaggio spalmabile sopra la crema di avocado, aiutandoti con due cucchiaini o con una sac-à-poche per non sporcare le pareti interne del vetro. Aggiungi la finitura al salmone: disponi i dadini di salmone affumicato sopra lo strato bianco, riempiendo ciascun bicchierino fino al bordo. Guarnisci e servi: posiziona delicatamente un singolo grano di pepe rosa al centro della superficie di ogni bicchierino per dare un tocco di colore e profumo. Riponi in frigorifero fino al momento di servire.









Idee alternative

Versione senza glutine: La ricetta è naturalmente priva di glutine; verifica semplicemente che il formaggio spalmabile e il salmone affumicato non riportino tracce di contaminazione in etichetta.
Versione senza lattosio: Utilizza un formaggio spalmabile o della robiola delattosata per lo strato centrale bianco, mantenendo inalterata la sofficità della crema.
Versione light: Sostituisci il formaggio spalmabile con ricotta vaccina magra setacciata o con dello yogurt greco allo 0% di grassi, esaltando il condimento con un filo di succo di limone e poco pepe bianco.
L'idea vegetariana/vegana: Sostituisci il salmone affumicato con cubetti di carote marinate al fumo liquido o pomodori secchi sminuzzati; per la parte bianca, usa una crema spalmabile a base di anacardi o tofu vellutato.
L'idea WOW: Aggiungi sopra il salmone un cucchiaino di uova di salmone o di lompo e una fogliolina di aneto fresco: l'effetto gioiello renderà i bicchierini degni di un banchetto di Capodanno.

Trucchi, consigli e riduzione dello spreco alimentare

Trucco per una riuscita sicura: Usa una sac-à-poche (o due sacchetti per congelare con la punta tagliata) per distribuire la crema di avocado e la crema di formaggio sul fondo del bicchiere. In questo modo le pareti di vetro rimarranno perfettamente pulite e gli strati risulteranno geometrici e senza sbavature. Inoltre, condisci l'avocado con abbondante succo di lime o limone per preservarne il verde brillante senza farlo scurire.
Lo sfizio in più: Tosta i grani di pepe rosa per 30 secondi in padellino a secco prima di sbriciolarli con le dita: sprigioneranno oli essenziali floreali che si sposeranno divinamente con la grassezza del salmone.
L'idea per i bambini: Sostituisci il salmone affumicato con cubetti di prosciutto cotto o tonno sott'olio ben sgocciolato e ometti il pepe rosa per un sapore più delicato e gradito ai più piccoli.
Idea antispreco: Non gettare i ritagli irregolari di salmone affumicato! Sono ideali da sminuzzare a coltello per la parte superiore di questi bicchierini, senza dover sprecare le fette più grandi e pregiate.

Conservazione

I bicchierini tricolore si conservano in frigorifero per circa 12-18 ore, coperti singolarmente con pellicola trasparente a contatto per proteggere l'avocado dall'aria. È consigliabile consumarli in giornata per godere della massima brillantezza dei colori e della consistenza compatta della crema. Non è possibile congelarli.