



POKE BOWL DE SALMÓN

INGREDIENTES (2 raciones)

- 1 vasito de quinoa para microondas
- 1 vasito de arroz para microondas
- 2 lomos de salmón descongelados
- 1 pepino
- 1 tomate
- 1 mango
- 1 aguacate
- 1/2 bolsa de edamames congelados
- Mayonesa
- Salsa de soja

PREPARACIÓN

1. Cocinar los edamame según las instrucciones de la bolsa, y sacar las habas de las vainas si vienen en vaina, dejar enfriar
2. Cocinar la quinoa y el arroz 1 min al microondas y dejar enfriar
3. Cortar el salmón, tomate, pepino, mango y aguacate. Poner todo en un bowl
4. Hacer una salsa con mayonesa y salsa de soja al gusto