



Ensalada tibia de salmón y manzanas

Ingredientes (para 2 raciones)

2 lomos de salmón (200 g)

¼ de cebolla

¼ de zanahoria

¼ de pimiento rojo

1 limón*

1 naranja*

1 manzana

Orégano

Pimienta

Vinagre de jerez

Aceite de oliva virgen

Hojas de rúcula

Huevo duro (opcional)

Elaboración

1. Pelar, limpiar y picar la zanahoria, el pimiento y la cebolla.

2. En un bol añadir todas las verduras picadas junto con una cucharada sopera de vinagre y una de aceite de oliva virgen. Reservar.

3. Cocer los lomos de salmón a la plancha muy suavemente.

4. Temperarlos un par de minutos, desmenuzar y condimentar con la ralladura de limón, de naranja, el orégano y la pimienta.

5. Cortar la manzana a dados pequeños y rallar la clara del huevo duro.

6. Colocar el salmón en un plato, aliñar con la vinagreta de picadillo de verduras, los dados de manzana, las hojas de rúcula y la clara de huevo rallada.

*Limpiar bien la piel antes de rallar.