

Kotleciki z łososia z salsą z awokado



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Kotleciki

łosoś filet	300 gramów
Bułka tarta klasyczna Prymat	100 gramów
zielona cebulka	1 pęczek
Sól morską jodowaną drobnoziarnistą Prymat	1 szczypta
Pieprz czarny Prymat w młynku	1 szczypta
Przyprawa do ryb i owoców morza Prymat	1 łyżeczka
cebula czerwona	1 sztuka
jajko	1 sztuka

Salsa

ogórek	1 sztuka
papryka czerwona	1 sztuka
awokado	0.5 sztuka
oliwa	1 łyżka
sok z limonki	0.5 sztuka
Sól morską jodowaną drobnoziarnistą Prymat	1 szczypta

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Do miski włóż pokrojonego łososia, bułkę tartą, pokrojoną zieloną cebulkę oraz czerwoną cebulę i wbij jedno jajko.

Całość dopraw solą morską, świeżo zmielonym pieprzem i przyprawą do ryb.

Następnie dokładnie wymieszaj, aż wszystkie składniki połączą się ze sobą.

Z tak przygotowanej masy uformuj kotleciki i grilluj na patelni przez około 3 minuty z każdej strony.

W międzyczasie przygotuj sałkę: do miski włóż pokrojonego ogórka w romby, jedną czerwoną paprykę pokrojoną w kostkę, awokado i dopraw oliwą z oliwek, sokiem z limonki i solą morską.

Dokładnie wymieszaj i gotowe.

Tak przygotowaną sałkę podawaj z grillowanymi kotlecikami z łososia.