



Panino con salmone e focchi di latte



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO

TEMPO DI PREPARAZIONE
10 MINTEMPO DI COTTURA
0 MINCALORIE
470K

NOTE

INGREDIENTI

4 Panini ai semi di sesamo

200 g di Salmone affumicato

240 g di Focchi di latte

1 Cetriolo

1 Limone bio

1 rametto di Aneto fresco

2 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale

Pepe

Preparazione

- Lavate e sbucciate il cetriolo, poi tagliatelo a fette per il lungo.
- Tagliate a metà il panino, spalmatelo con i focchi di latte e disponetevi sopra le fette di cetriolo.
- Adagiate a questo punto il salmone, conditelo con olio, qualche goccia di limone, sale, pepe e abbondanti foglioline di aneto. Chiudete il panino e servite.

I consigli di Emilia

- In alcuni periodi dell'anno potete sostituire i cetrioli con zucchine tenere e freschissime: tagliatele a fettine sottili per il lungo, lasciatele marinare per una mezzora in olio, limone e sale e poi proseguite come suggerito nella ricetta.