

Temps : 20 min

Niveau : Facile

Personnes : 10

Découvrez la recette d'un snack incontournable : le bagel saumon avocat.

Préparation

Étape 1

ÉTAPE 1

Détailler le filet de saumon en tranches de 0.5 cm.
Assaisonner d'huile d'olive, de fleur de sel et de poivre du Timut.
Arroser d'huile d'olive et de jus de passion l'avocat.

Étape 2

ÉTAPE 2

Snacker le saumon à la plancha rapidement sur chaque face
ou cuire au four 10 minutes à 180°C.

Étape 3

ÉTAPE 3

Monter les bagels avec la salade, le guacamole, les suprêmes
de pamplemousse et le saumon.

Étape 4

ASTUCE

*Dorer le bagel dans de l'huile d'olive au préalable pour
apporter du moelleux et de la gourmandise.
Il est possible de réaliser cette recette avec du saumon
fumé.*

Ingrédients



10 Pain bagel



400 g
Guacamole
ou avocat



600 g Filet de
saumon ou
saumon fumé



150 g Jus de
passion



1 Salade



Huile d'olive



Fleur de sel



Poivre de
timut



300 g
Pamplemousse

Valeurs nutritionnelles

Informations pour	100g
Matières grasses (g)	-
Dont acides gras saturés	-
Glucides (g)	-
Dont sucres	-
Protéines (g)	-