

## Boque de salada com salmão

**VITACRESS**

*Naturalmente nutritivo!*

4 Pessoas

Grau de Dificuldade: Fácil

Custo: Económico

Tempo de Preparação: 20 minutos

### **Ingredientes:**

2 embalagens de rúcula selvagem

100 g VITACRESS;

1 embalagem de rúcula 100 g da VITACRESS;

1 embalagem de coentros lavados da VITACRESS;

300 g de salmão fumado em filetes Grossos;

8 rabanetes;

2 alcachofras de lata;

1 cebola nova;

1 colher (de café) de sementes de sésamo preto;

### **Para o molho:**

1 dl de azeite;

1 colher (de café) de óleo de sésamo;

Sumo de 1 limão;

1 colher (de sopa) de natas;

Sal e pimenta q.b..

### **Preparação:**

Lave os rabanetes e corte-os em rodela finas. Corte as alcachofras em tiras finas. Descasque a cebola e corte-a em rodela. Numa tigela misture o sumo do limão, o óleo de sésamo, as natas, tempere de sal e pimenta e mexa bem. Junte o azeite em fio mexendo sempre. Junte as rúculas, os rabanetes, a cebola e as alcachofras e misture delicadamente. Deite para o prato. Junte o salmão cortado em cubos, os coentros picados e sirva polvilhado com as sementes de sésamo.

