



Ma recette **DISSOCIATION**

 avec du poisson

Temaki avocat-saumon fumé



Préparation 15 minutes



Cuisson Pas de cuisson !



Ce qu'il me faut pour 2 à 3 personnes :

6 feuilles de nori séchées

1 petit concombre

200g de saumon fumé

1 avocat

1 grosse cuillère à soupe de mayonnaise

1 échalote

Des graines germées

Du poivre et du sel



Comment faire :

Je coupe le saumon en lamelles. Je cisèle l'échalote. Je les mélange avec la mayonnaise.

J'ajoute une pincée de sel et de poivre.

Je coupe l'avocat en lamelles et le concombre en julienne.

Dans une feuille de nori, je mets 1 cuillère à soupe de saumon avec quelques morceaux d'avocat et de concombre. Je place quelques graines germées.

Je roule la feuille en forme de cône. Je répète l'opération jusqu'à épuisement du saumon.