

Montadito crujiente de salmón y berenjena



Ingredientes para 4 personas

- 16 piezas de Pan crujiente multicereales (10 grs./pieza)
- 2 cucharadas de Aceite de oliva
- 200 gramos de Queso Ricotta
- 2 Berenjena
- 150 gramos de Salmón ahumado

Preparación

- 1) Cortar la berenjena en rodajas. En un recipiente apto para el mixcroondas introducirla, agregar el aceite, taparlo y programar unos 7 minutos a máxima potencia.
- 2) Si se desea también se puede hacer a la plancha
- 3) Untar un poco de queso en cada pan crujiente, agregar la berenjena en forma de "sábana" y trerminar con el salmón ahumado
- 4) Servir inmediatamente.

Valor nutricional (por ración)

Valor energético: 339,23 Kcal.; Proteínas: 17,79 g; Hidratos de carbono: 49,42 g; Grasas: 12,40 g;

Comentario

Es importante dejar templar la berenjena antes de añadir el salmón para evitar que éste último se caliente.

Espolvorear con eneldo o albahaca fresca.

