



Cozinhar



Receitas em vídeo Entradas

## Mousse de Salmão com Puré de Pepino

Descobre novas formas de usar salmão com a Nestlé. Com esta receita de Mousse de Salmão com Puré de Pepino vais tornar-te um verdadeiro chefe de cozinha. Uma receita simples de confeccionar e com muito requinte.

20 min.

Fácil

Económico

6 doses

### Ingredientes

1 embalagem de Natas LONGA VIDA  
2 pepinos médios  
500 g de salmão fumado  
2 c. de sopa de cebolinho picado  
2 c. de sopa de aneto/endro/rama de funcho

### Informação nutricional

|                     |            |      |
|---------------------|------------|------|
| Energia             | 233,8 kcal | 12%* |
| Proteínas           | 18,0 g     | 36%* |
| Lípidos             | 5,8 g      | 8%*  |
| Hidratos de Carbono | 12,1 g     | 5%*  |

\*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

### Preparação

- Corta o pepino em pedaços e com a ajuda de um robot de cozinha transforma-o em puré. Tempera com sal e pimenta. Reserva.
- Bate as natas até ficarem espessas. Pica o salmão num robot juntamente com as ervas de forma a obter uma pasta. Tempera com sal e pimenta, envolve delicadamente nas natas.
- Coloca o puré de pepino no fundo de copinhos, seguido da pasta de salmão. Decora com cebolinho, aneto e pimenta. Serve frio.