

Brochettes de saumon et mozzarella

Plat chaud



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :5 min

Temps de cuisson/repos :10 min

Calories par portion : 338.25 Kcal

Charge glycémique par portion: 0.84

Les ingrédients

- 2.0 u Pavé saumon
- 2.0 u Mozzarella
- 16.0 u Tomate cerise
- 4.0 p Aneth

Préparation des brochettes

Découpez le saumon en cube assez épais mais pas trop, au moins 2 cm sur 2cm.

Faites de même, pour la mozzarella.

Puis sur une pique à brochette, alternez : Tomate cerise, saumon et cube de mozza. Saupoudrez d'aneth.

Cuisson

Sur un barbecue pas trop chaude, mettre cuire les brochettes. Retournez les très régulièrement.

Présentation

A proposer avec une salade de riz.