



## 煙燻鮭魚彩蔬沙拉 4人份

蘆筍富含人體必需營養素，堪稱蔬菜之王。夏天來盤多彩繽紛的煙燻鮭魚彩蔬沙拉，搭配蜂蜜芥末的香甜微嗆口感，營養更清爽好吃!!



蜂蜜芥末沙拉



煙燻鮭魚片150g、細蘆筍100g、蘋果2個、小蕃茄20顆、洋蔥1/2顆、奇異果2顆、檸檬汁2大匙、檸檬皮適量、現磨黑胡椒適量



桂冠蜂蜜芥末醬 適量

### 步驟說明



#### 步驟 1

蘋果、小蕃茄、洋蔥切丁，蘆筍切小段、奇異果去皮切小丁、調味料備用。



#### 步驟 2

蘆筍燙熟後迅速冰鎮。



#### 步驟 3

將蘆筍與所有切丁蔬果放入大盆中，加入檸檬汁、檸檬皮與現磨黑胡椒拌勻，再擺上煙燻鮭魚，淋上蜂蜜芥末醬即可食用。

### 小撇步

蘆筍冰鎮，可使其口感爽脆，並防止顏色變黃影響美觀。