



UNTABLES

Hamburguesa de Salmón con Hummus Pietrán

★★★★★ 0 comentarios

🕒 30 minutos | 🍴 3 g porciones

🔥 Calorías

437

🔥 Grasa

19 g

🔥 Proteína

5g

Todo el sabor de nuestro Hummus Pietrán en esta deliciosa receta, acompañada de salmón para darle a tu día el equilibrio perfecto entre práctico y delicioso.

Esta hamburguesa es una buena opción si queremos comer algo diferente sin dejar de cuidarnos, ya que es ligera y la puedes disfrutar en un rico almuerzo o en una cena deliciosa.

Ingredientes



Salmón Pietrán Natural

2 Filetes de salmón Pietrán sin piel de 140 gr cada uno



1 1/2 Cucharada de cebollín picado



1 Cucharadita de cebolla en polvo



2 Cucharadas de aceite de oliva



1/2 Cucharada de jugo de limón



Cebolla morada



Hummus Pietrán

4 cucharadas de Hummus Pietrán



1/2 Taza de perejil fresco picado



1/4 Cucharadita de pimienta



1 Cucharada de miel de abeja



4 Cucharadas de tomate fresco picado en cubos pequeños



2 Unidades de pan de hamburguesa



1 Cucharada de mostaza



1/2 Cucharadita de paprika



1/4 Taza de harina de avena



Ralladura de 1/2 limón



Media taza de Rugula



1 batata (chips de batata)

Preparación

Encuentra aquí el paso a paso [↑](#)

¿Cómo preparar hamburguesa de salmón con Hummus Pietrán?

- Divide el salmón Pietrán en dos y procesa la mitad junto con la mostaza.
- Pica finamente la otra mitad y combina con el salmón procesado, el cebollín, el perejil y las especias. Sazona con sal y pimienta y refrigera por media hora.
- Arma dos carnes de hamburguesa y pásalas por la harina de pan.
- Asa las carnes en aceite de oliva.
- Dora el pan por la parte de adentro.
- Mezcla el tomate con la miel, la ralladura y el limón. Sazona con sal y pimienta.
- Arma la hamburguesa poniendo la carne de salmón, Hummus Pietrán y la mezcla anteriormente sazonada.
- Acompaña con chips de batata y disfruta.

Nuestro Hummus Pietrán es un producto 100% de origen vegetal y sin conservantes, ideal para acompañar tus comidas favoritas y un sabor único a tus días. ¡Pruébalo!



Compra tus productos a un clic



También puedes encontrarlos en tiendas, minimercados y autoservicios.



En Pietrán te acompañamos día a día en tu estilo de vida saludable, con diferentes alternativas que te aportan a una alimentación balanceada, y puedes disfrutar el placer de cuidarte.

[Productos](#)

[Recetas](#)

[Mi Mundo saludable](#)

[Contacto](#)