Kolorowe kanapki z łososiem i kremowym serkiem

My Little Food Safari

Polecane na: **lunchbox, przystawki i przekąski, śniadanie**

Warto wiedzieć:

15 min

1 porcja

Składniki:

żółty burak - 1 szt.
podłużny czerwony burak - 1 szt.
marchew - 1 szt.
marchew fioletowa - 1 szt.
wędzony łosoś z Alaski - 100 g
awokado - 1 szt.
kremowy serek naturalny - 400 g
pumpernikiel 3 kromki -
sól morska - - do smaku
sok z cytryny - kilka kropel
pieprz kolorowy - - do smaku
kapary i listki rukoli do przybrania -

Sposób przygotowania:

KROK 1: Marchewki i buraki układamy w parowarze. Żółty burak i pomarańczowa marchewka nie powinna stykać się z fioletową marchewką i czerwonym burakiem. Warzywa oprószamy solą. Gotujemy na parze około 45 minut - powinny być miękkie. Ostudzone warzywa obieramy.

Foremkę wykładamy folią spożywczą.

Warzywa kroimy w cienkie plasterki.
W foremce układamy warstwę z żółtego buraka i pomarańczowej marchewki. Smarujemy serkiem. Następnie układamy warstwę z czerwonego buraka i fioletowej marchewki. Smarujemy serkiem. Układamy plastry łososia skrapiamy sokiem z cytryny. Układamy cienko pokrojone awokado i lekko skrapiamy sokiem z cytryny oraz posypujemy kolorowym pieprzem. Smarujemy serkiem. Układamy kromki pumpernikla. Lekko dociskamy. Owijamy dokładnie folią spożywczą. Wierzch warto obciążyć, np. kartonem mleka. Odstawiamy do lodówki na minimum 3-4 godziny. Wyjmujemy z formy. Nie odwijamy z folii kroimy na kawałki ostrym nożem. Z kawałków, już po ukrojeniu zdejmujemy folię. Układamy na półmisku. Posypujemy rukolą i kaparami.

Porada: Serek którego użyłam był lekko solony, jeśli wasz jest bez soli warto doprawić go do smaku

solą morską.