# ***Cocina para días de calor***

**Lugar: La gota de leche Logroño**

**Día y hora: jueves 17 de julio de 11:30h a 13:30h**

**Organiza: infojoven**

**Instagram:@aaroncocina**

# ***Tosta de guacamole de salmón***

## ***Ingredientes:***

- Aguacates maduros
- Cebolla morada
- Tomate
- Limón
- Cilantro fresco
- Chile molido
- Salmón ahumado
- Aceite de oliva virgen extra
- Pan para tostas
- Huevas de trucha

## ***Elaboración:***

En un bol mezclamos la cebolla el tomate y el cilantro todo muy picado, añadimos el chile y el zumo de limón.

Pelamos los aguacates, aplastamos con un tenedor y rápidamente para que no se oxide, lo juntamos con el resto de los ingredientes, añadimos ahora el salmón cortado en cuadrados no muy pequeños.

Sazonamos, ponemos una cucharada de aceite de oliva virgen extra y mezclamos todo bien.

Servimos sobre las rebanadas de pan que previamente hemos tostado y decoramos con las huevas de trucha.

# ***Batido de frutos rojo y yogurt***

## ***Ingredientes:***

- Mix de frutos rojos frescos o congelados
- Yogurt griego
- Azúcar o cualquier edulcorante
- Hierbabuena

## ***Elaboración:***

En una licuadora o vaso de batir ponemos todos los frutos rojos junto al yogurt, el azúcar,

y unas hojas de hierbabuena.

Reservamos algún fruto rojo para decorar.

Batimos enérgicamente y pasamos por el chino para colar los restos duros de los frutos rojos.

Servimos en vasos altos, decoramos con una hoja de hierbabuena y algún furto rojo.

Servir muy frío.