Involtini di salmone con radicchio e semi di sesamo

Un antipasto sano e colorato.

Un antipasto ricco di preziosi **acidi grassi omega-3**, grazie al salmone, utili per il benessere del nostro organismo. Le fibre del **radicchio** rallentano l'assorbimento dei grassi della robiola. I semi di sesamo sono una fonte vegetale di calcio.

Difficoltà: facile
Costo: medio
Tempo di preparazione: 10 minuti

Ingredienti
(per 4 persone)

200 g di salmone affumicato
80 g di robiola
1 cespo di radicchio variegato
1 cucchiaio di semi di sesamo
salsa di soia

Procedimento

1. Disporre le fettine di salmone su un piatto ben distese e spalmarvi la robiola.
2. Lavare e tritare il radicchio. Adagiarne un cucchiaio sopra la robiola e arrotolare ogni involtino su se stesso.
3. Passare gli involtini sui semi di sesamo e servire con qualche goccia di salsa di soia.