

Cheesecake leggera al salmone: l'antipasto per la festa della mamma



di Rodi Roșcata | 30 apr 2018

Hai mai assaggiato una cheesecake salata? La festa della mamma è l'occasione perfetta per provare una ricetta facile e veloce: delle piccole cheesecake leggere al salmone e formaggio magro.



E già, la cheesecake, il dolce amato da quasi tutti, può essere preparata anche nella versione salata. Se ancora non hai deciso il menu per la festa della mamma, ecco un'idea molto carina e originale per degli antipasti leggeri e sfiziosi: la **cheesecake leggera al salmone e formaggio magro**. Questi bocconcini sono perfetti per le mamme a dieta ma saranno graditi anche dagli altri invitati.



Per questa preparazione hai bisogno di **fette biscottate integrali**, dello yogurt, della ricotta light e, ovviamente, del salmone affumicato. Se non ami in modo particolare il salmone, lo puoi sostituire con del prosciutto cotto o crudo, oppure puoi usare delle verdure grigliate. La cheesecake al salmone è ideale sia per l'antipasto, sia per un **tavolo a buffet**. Puoi anche preparare una torta salata grande e dividere in piccole porzioni. Non ti preoccupare, se hai dimenticato di prendere le fette biscottate, usa il pane integrale, di segale o quello normale: ricava dei dischetti o quadrotti con un coppapasta e i giochi sono fatti.



Puoi arricchire la cheesecake con dell'erba cipollina fresca, aggiungere fettine di olive oppure dei capperi. Servi ben fredda, accompagnata da un'insalata oppure con delle fettine sottili di cetriolo fresco. Vediamo questa semplice ricetta.

Informazioni

Difficoltà

Facile

Metodo di cottura

Crudo

Categoria

Antipasti di pesce

Preparazione

15 minuti

Cottura

60 minuti

Tempo totale

75 minuti

Dosi

2 porzioni

Ingredienti

Fette biscottate integrali

3

Yogurt greco 0 grassi

150 grammi

Ricotta light

50 grammi

Salmone affumicato

100 grammi

Colla di pesce

6 grammi

Prezzemolo fresco

A piacere

Paprika

A piacere

Sale

Un pizzico

Preparazione

- 1.** Sbriciolo le fette biscottate e amalgamo con 30 grammi di yogurt greco. Con un cucchiaino presso nei coppapasta (foderati prima con della pellicola alimentare). Metto nel frigorifero.
- 2.** Copro i fogli di colla di pesce con acqua fredda e lascio idratare per 10 minuti.
- 3.** Amalgamo lo yogurt greco con la ricotta, un pizzico di paprika, un pizzico di sale e del prezzemolo tritato.
- 4.** Strizzo i fogli di colla di pesce e sciolgo in un pentolino a fiamma dolce. Aggiungo nel composto di yogurt - ricotta.
- 5.** Taglio a cubetti il salmone affumicato (conservo qualche fettina per decorare) e unisco al composto.
- 6.** Con un cucchiaino, verso il composto sopra la base di fette biscottate. Metto nel frigorifero per 10 minuti. Dopo 10 minuti decoro con roselline di salmone e foglioline di prezzemolo (in questo modo le decorazioni rimangono in superficie). Rimetto nel frigorifero per almeno 1 ora.
- 7.** Prima di servire, tolgo con attenzione la cheesecake dal coppapasta.

Vota la ricetta