



# POKE BOWL DE AGUACATE Y ATÚN



tiempo de preparación  
**30min**



tiempo total  
**35min**



raciones  
**2**



dificultad  
**media**

## INGREDIENTES

- 1 Aguacate Aurum
- 150g Atún fresco
- 1 Pepino
- Ensalada
- Edamames
- Aceite de sésamo
- Vinagre de arroz
- Sal y pimienta

## PREPARACIÓN

1. Pela y corta el aguacate y el pepino en cubos.
2. Corta el atún en cubos.
3. Agrega todos los ingredientes en una ensaladera.
4. Hierve de 3 a 5 minutos los edamames. Deja enfriar y añade a la ensaladera.
5. Por último, en un recipiente aparte bate el aceite, el vinagre, la sal y la pimienta.
6. Agrega la mezcla anterior a ensalada y lista.