

# Lista de ingredientes para la receta Sándwich de pan integral y semillas

## Pan

- Semillas de Lino 20 g
- Sal A gusto
- Azucar 5 grs.
- Agua 400 cc
- Semillas de sésamo 20 g
- Levadura 25 grs.
- Harina integral 400 Cantidad necesaria
- Semillas de Girasol 20 g
- Harina 000 100 g

## Relleno

- Jugo De Lima 2 Unidad
- Salmón 300 grs.
- Huevo 1 Unidad
- Aceite De Oliva Cantidad necesaria
- Pepino 1 Unidad
- Sal y Pimienta A gusto
- Leche descremada Cantidad necesaria
- Ralladura de lima 2 Unidad
- Apio 1 Rama
- Hinojos 2 Unidades
- Cebolla Morada 1 Unidades
- Aceite de girasol Cantidad necesaria