

RECETAS

de sandwiches



VEGETAL CALIENTE

porque tambien se puede

Ingredientes

huevo duro
jamón cocido
lonchas de jamón
cebollita grande
1 cogollo
1 tomate
rebanadas de pan
chorrito de vinagre
mayonesa light
pan de molde

1. Hervir los huevos durante 8 minutos con un chorro de vinagre.
2. Picar el cogollo, la cebolleta y partir el tomate en rodajas.
3. Colocar todas las hortalizas en un bol y añadir sal y pimienta.
4. Cuando el huevo ya esté cocido y frío, pévalo y pícalo. Incorporalo al bol y mézclalo todo bien.
5. Enciende la sandwichera para que se vaya calentando.
6. untar las dos caras del pan de sandwich con mayonesa light .
7. Añadir la mezcla del bol.
8. añadir un poco de jamon cocido
9. Calentar en la sandwichera.



QUESO FUNDIDO Y GUINDILLA

para los atrevidos

Ingredientes

- Queso Gouda en lonchas
- Pan rebanado
- Guindillas en conserva
- Mantequilla
- pan de molde

1. Ir precalentando una sartén grande o plancha a fuego medio-alto
 2. Picar las guindillas en rodajas.
 3. Hacer los sandwiches, colocando una rebanada de pan, una de queso y las guindillas. En la sartén ya precalentada colocar una cucharadita de mantequilla, cuando haya fundido, poner los sandwiches que quepan.
 4. Ir presionando un poco con una pala o espumadera los sandwiches para que se aplanen un poco y ayudar a que se funda el queso.
 5. Cuando estén dorados por una cara (unos 2 minutos) darles la vuelta y dejarlos dorar por el otro lado.
 6. Una vez tengan el color y tostado deseado, sacarlos de la sartén y cortarlos en 4, esto es ya al gusto si prefieren cuadraditos o triangulitos.
- Si se van a tostar más, agregar otra cucharadita de mantequilla a la sartén y continuar con la siguiente tanda.



CALZONE

Variando lo clasico

Ingredientes

pan de molde
1 rodaja de tomate
1 loncha de queso cheddar
unas tiras de cebolla
1/2 loncha de bacon
1 cucharada de requesón
unos trocitos de queso semicurado
1 pizca de orégano
pan de molde

1. Cortar la cebolla en tiras y pocharla un poco en una sartén con unas gotas de aceite.
2. Cortar el bacon y saltearlo un poco.
3. Montar el sandwich en este orden, encima de la rebanada de pan poner una rodaja de tomate, una loncha de queso cheddar, la cebolla pochada, el bacon, una cucharada de requesón, unos trocitos de queso semicurado y una pizca de orégano.
4. Poner el sandwich en una sandwichera durante dos minutos para que se derritan los quesos y quede dorado y cerrado como una pizza calzone.



RECETAS

de sandwiches



DULCE TENTACIÓN

prueba algo diferente

Ingredientes

2 rebanadas de pan de caja
2 rebanadas de jamón asadas
1 cucharadita de mermelada de piña, durazno o zarzamora
1 cucharadita de queso crema
1 rebanada delgada de piña asada, (de lata, por comodidad)
2 tomates cherry asados.

1. Mezcla el queso crema con la mermelada y úntalo sobre el pan.
2. Coloca el jamón, la rebanada de piña y el tomate.
3. Puedes asarlo y acompañarlo con un buen jugo cítrico o un té.



SANDWICH DE POLLO TERIYAKI

algo exótico

8 rebanadas de Pan Cero Blanco Bimbo
1 cucharada de aceite vegetal
4 pzas de muslos de pollo, deshuesados y rebanados ó tiras
½ taza de salsa Teriyaki
2 tazas de lechuga picada
1 taza de zanahoria rallada
1 taza germinado de alfalfa

1. Calentar un poco de aceite, salpimentar los muslos y asarlos hasta que se cuezan.
2. Agregar la salsa Teriyaki, bajar el fuego y cocinar 3 minutos para lograr impregnar la salsa en el pollo.
3. Tostar el Pan en la sandwichera pero sin relleno.
4. Distribuir el pollo a manera de Sándwich.
5. Agregar la lechuga picada, la zanahoria y el germinado.

