



Rollito vegetal

Ingredientes - Para 1 persona(s)

- *Pan de multicereales*
- *Tomate maduro*
- *Pavo fiambre en lonchas*
- *Canónigos*
- *Mayonesa*
- *Pimiento rojo escalivado*
- *Alcaparras*
- *Cebolla crujiente*
- *Aceite de oliva virgen extra*
- *Sal*

Preparación

Paso 1 - Ingredientes

Necesitamos, unas láminas de pan con multicereales, que podemos encontrar en el mercado. Lonchas de pavo frío o cualquier otro fiambre de nuestro gusto, mayonesa, pimiento rojo escalivado, cebolla crujiente, canónigos y alcaparras.

Paso 2 - Preparación

Restregaremos, con sumo cuidado de que no se rompa, un tomate maduro por toda la superficie del pan y le pondremos aceite y sal. A continuación, cubriremos con unas lonchas de pavo frío o jamón dulce, según el gusto personal de cada uno.

Sobre el fiambre escogido, haremos un lecho de canónigos y, sobre ellos, colocaremos una nueva capa del fiambre.

Añadiremos mayonesa, mejor si es baja en calorías, en los cuatro vértices del pan, y encima de cada montoncito, colocaremos unos trocitos de pimiento rojo escalibado y, a continuación, nuevamente podremos otra capa de lonchas de fiambre.

Paso 3 - Emplatado

En este último paso procederemos, ya, a enrollarlo cuidadosamente para que no se abra y extenderemos un poquito de mayonesa por toda la superficie, con el fin de que se adhiera fácilmente la cebolla crujiente, que colocaremos a modo de cresta.

Este tipo de cebolla crujiente, la podemos encontrar en los supermercados de grandes superficies, en la sección de lechugas y ensaladas envasadas.



Recetus - Rollito vegetal

Tu comunidad de cocina

recetus.com

Opcionalmente podemos acabar de decorar con unas alcaparras o con unas aceitunas, ya sean verdes o negras.