

Sándwich



SÁNDWICH

Ingredientes

- 2 rebanadas pan de molde, con cereales y semillas
- 1 filete fino de redondo asado o jamón york
- 2 a 4 rodajas de tomate
- 1 hoja de lechuga verde
- 1 lámina de queso bajo en grasa
- 4 tiras de pimiento rojo asado

Elaboración

1° Precalentamos el horno a 180° C. Cubrimos una rebanada de pan con las rodajas de tomate y la otra con la lámina de queso, las metemos al horno 5 minutos, (que el calor incida directamente sobre el tomate y el queso) y las sacamos.

2° Lavamos y escurrimos una hoja de lechuga y quitamos el nervio central.

4° Encima de la rebanada con tomate ponemos la hoja de lechuga, sobre ésta la carne asada o el jamón o la tortilla y el pimiento; tapamos con la rebanada que contiene el queso; volvemos el sándwich montado al horno medio minuto y lo sacamos para consumir a continuación.

