

Sandwich de ensalada griega



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 15min , Tiempo de cocción: 0min

Tiempo total: 15min , Número de porciones: 2

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/sandwich-de-ensalada-griega>

Preparación

En un procesador de alimentos, agregue los garbanzos, 1 cucharada de jugo de limón, 1 cucharada de aceite de oliva y el perejil hasta que estén finamente picados. En un tazón pequeño, mezcle la cebolla, 1 cucharada de jugo de limón y 2 cucharadas de aceite de oliva y sazone con sal y pimienta. En otro tazón pequeño, mezcle el queso feta con 1 cucharada de aceite de oliva. Esparcir la mezcla de garbanzo en 4 rebanadas de pan. Disponga el pepino, el tomate, la cebolla y sazone con sal y pimienta. Esparcir la mezcla de queso feta en 4 rebanadas de pan más y colocar en la parte superior de los sandwiches.

Ingredientes

- 1 lata/s Garbanzos enlatados escurridos
- 2 cucharada/s Jugo de limón fresco
- 2 cucharada/s Aceite de oliva
- 2 cucharadita/s Aceite de oliva
- 1/4 taza/s Perejil fresco
- 1/2 Cebolla morada cortada en rodajas
- 1 poco Sal
- 1 poco Pimienta
- 100 grs. Queso feta desmenuzado
- 8 rebanadas de Pan Negro
- 1/2 Pepino cortado en rodajas
- 1 Tomate cortado en rodajas finas

Categorías

Un día normal, Vegetariana, Primavera, Verano, Otoño, Invierno, Todo el año, Cereales, pastas y arroz, Vegetales, Comida para todos los días, Para/con niños, Familia, Un pobre estudiante, Chicas delgadas, Desayuno, Snacks

