

Sandwich verde



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 15min , Tiempo de cocción: 8min

Tiempo total: 23min , Número de porciones: 1

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

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/sandwich-verde>

Preparación

Esparza alrededor de una cucharada de pesto sobre cada rebanada de pan (2 cucharadas totales aproximadamente). En una rebanada de pan, añadir 1 rebanada de queso mozzarella (o tipo feta), las rebanadas de aguacate, el queso de cabra desmenuzado, las espinacas y luego agregue la otra rebanada de pan. Comprima suavemente. Caliente 1 cucharada de aceite de oliva (o manteca) en una sartén a fuego medio-bajo. Añadir el sandwich al aceite y cocine hasta que el pan esté dorado. Presione el sándwich a la ligera, y luego voltear el sándwich y cocine hasta que el segundo lado esté dorado.



Ingredientes

- 2 rebanadas Pan
- 2-3 cucharada/s de pesto
- 2 rebanadas Mozzarella
- 1 puñado Espinaca fresca
- 1/4 Aguacate en rodajas
- 2 cucharada/s Queso de cabra desmenuzado
- 1 cucharada/s Aceite de oliva (o manteca, como prefiera)

Categorías

Un día normal, Reducida en calorías, Primavera, Verano, Todo el año, Económico, Cereales, pastas y arroz, Vegetales, Comida para todos los días, Rápida, Para/con niños, Familia, Chicas delgadas, Snacks, Otro, Pan y otros panificados para la casa