

DESAYUNO

SANDWICH DE HUEVO Y JAMÓN 2.0



Ingredientes:

- 4 huevos duros
- 100 g de jamón
- 2 cucharadas de mayonesa (puede ser yogurt natural)
- 1 cucharadita de mostaza Miel (o la que tengas)
- 2 cucharadas de ciboulette
- 100 g de quesillo o queso fresco
- Aceite de oliva
- Buen pan
- Rúcula o hojas verdes

Preparación

- Poner en un pocillo 4 huevos duros +100 g de jamón cortado en cubos +2 cucharadas de mayonesa (puede ser yogurt natural) + 1 cucharadita de mostaza miel (o la que tengas) + 2 cucharadas de ciboulette picado + 100 g de quesillo o queso fresco y moler todo con el tenedor, si quieres puedes agregar más mayonesa o yogurt o aceite de oliva si lo quieres más húmedo.
- Cortar rebanadas de un buen pan y poner en un sartén con Aceite De Oliva hasta dorar.
- ¡¡Poner en un pan tostado rúcula o las hojas verdes que prefieras y un buen montón de la mezcla de huevo, tapar con otro pan y disfrutar!!
- VERSIÓN FAT: Agrega tocino crocante en vez de jamón.
- VERSIÓN VEGGY: Agrega champis salteados y picados en vez del jamón.

