



Tartines Gallegos

Ingredientes:

Tapa de empanada

1 unidad

Cebolla mediana

1 unidad

Sal y pimienta

a gusto

Tomate

½ unidad

Pimentón

½ cucharadita

Provenzal

½ cucharadita

Merluza

1 filete

Atún

½ lata

Pimientos

½ latita

Phoca PDF

Sardinas

½ lata

Aceitunas verdes descarozadas

40 gr.

Huevo batido

1 unidad

Aceite Vegetal

c/n

Procedimiento:

Rociar con aceite vegetal en aerosol la tapa de empanada y forrar la base del BigCheff, pinchar con un tenedor varias veces y cocinar 1 minuto a potencia máxima.
Picar el tomate, la cebolla, los pimientos, el filete, las sardinas y desmenuzar el atún, juntar y mezclar bien con el resto de los ingredientes.
Rellenar los tartines, tapar el BigCheff y cocinar 2 minutos a potencia máxima.
Al terminar la cocción dejar enfriar y servir tibio.





Phoca PDF