



SANDWICH DE ROAST BEEF CON PEPINILLO AGRIDULCE

Ingredientes

- 500 g de Lomo liso
- 2 Cucharadas de aceite de oliva
- 1 Cucharada de romero picado
- 4 Cucharadas de mostaza
- 1 Pan baguette o 5 panes del que más te guste
- ½ Taza de mayonesa
- 2 Tomates medianos
- 4 Pepinillos dill cortados en láminas delgadas
- ½ Paquete de berros
- Sal y pimienta a gusto

Preparación

1.- Calienta el aceite de oliva en una sartén y sella el lomo por todos sus lados hasta dorarlo levemente. Retira del sartén y condiméntalo con sal, pimienta, romero y la mostaza. Déjalo en una budinera y hornea a temperatura alta de 180°C durante 15 a 20 min. dependiendo del grosor de la carne. Ésta debe quedar rosada en el centro y jugosa. Una vez lista retirar del horno, enfriar y cortar delgadas láminas.

2.- Aparte corta el baguette por la mitad a lo largo y cubre con una capa de mayonesa. Acomoda las láminas de roast beef, encima coloca los pepinillos agridulces, tomates cortados en láminas y berros.

3.- Tapa con la otra mitad de pan cubierto con mayonesa, nuevamente. Corta en 5 trozos el sándwich con mucho cuidado y sirve de inmediato acompañado del refresco que más te guste.



Dificultad:
Media



Porciones:
5



Tiempo:
30 minutos

Información Nutricional

| | |
|------------------|----------|
| Energía: | 347 Kcal |
| Proteínas: | 28.2 g |
| Grasa Total: | 10.8 g |
| Colesterol: | 72.0 mg |
| H. de Carbono: | 34.2 g |
| Fibra Dietética: | 2.40 g |
| Sodio: | 680 mg |