



Dificultad:  
Baja



Porciones:  
6



Tiempo:  
20 minutos

## Información Nutricional

Energía:	146 Kcal
Proteínas:	6.8 g
Grasa Total:	7.6 g
Colesterol:	17.0 mg
H. de Carbono:	13.6 g
Fibra Dietética:	2.60 g
Sodio:	215 mg

## ENTRADA DE ROAST BEEF RELLENO

### Ingredientes

- 1 Taza de palmitos picados (4 tallos aprox.)
- 1 Palta cortada en cubitos
- 1 Taza de choclo desgranado cocido
- 1 Limón (su jugo)
- Sal y pimienta a gusto
- 1 yoghurt natural
- ½ Ramito de ciboulette cortado finamente
- 6 Rebanadas de roast beef listo para servir
- Ensaladas frescas para acompañar

### Preparación

- 1.- En un bowl junta los palmitos con la palta cortada en cubitos y el choclo, añade el jugo de limón y condimenta con sal y pimienta a gusto.
- 2.- Añade el yoghurt natural y revuelve hasta juntar todos los ingredientes. Coloca una porción de esta preparación en el centro de una lámina de roast beef listo y enrolla con cuidado en forma cónica.
- 3.- Una vez que estén todos listos, espolvorea sobre cada uno de ellos un toque de ciboulette cortado finamente. Sírvelos de inmediato acompañados de ensaladas frescas.