



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
20 minutos

Información Nutricional

Energía:	288 Kcal
Proteínas:	24.7 g
Grasa Total:	18.1 g
Colesterol:	57 mg
H. de Carbono:	7.2 g
Fibra Dietética:	1,2 g
Sodio:	191 mg

CARPACCIO DE PASTRAMI

Ingredientes

- 1 Cucharada de aceite de oliva
- 1 Cebollín cortado finamente
- 2 Cucharadas de cilantro cortado finamente
- 2 Cucharadas de alcaparras escurridas
- 2 Yoghurt natural
- 1 Tarro de machas en conserva
- Sal y pimienta a gusto
- 15 Láminas de jamón pastrami
- 1 Lechuga

Preparación

1.- Calienta el aceite de oliva en una sartén y agrega el cebollín, cocina durante solo unos segundos hasta dejarlo más blando. Añade el cilantro con las alcaparras y condimenta con un toque de sal y pimienta a gusto. Retira del fuego y espera a que se enfríe.

2.- Agrega el yoghurt natural al salteado frío y remueve cuidadosamente hasta integrar, refrigera. Mientras cortas las láminas de jamón pastrami por la mitad y acomódalas en un plato de manera decorativa, cubre con una porción de la salsa que recién preparaste y encima acomoda las machas.

3.- Finalmente acompaña con unas hojas de lechuga, un toque de aceite de oliva y pimienta recién molida, sirve de inmediato y disfruta de tu entrada.