

WRAP DE LECHUGA CON JAMÓN Y QUESO

Tiempo de preparación: 10 minutos

Sale 1 wrap grande

Ingredientes

- 1 cabeza de lechuga (iceberg), sin corazón y sin hojas exteriores
- 1 cucharada de mayonesa light
- 1 cucharadita de mostaza
- 3 rebanadas grandes de jamón*
- 3 rebanadas de queso*
- Rodajas de tomates finas
- 1 pedazo de papel de hornear 14"x 14"

Instrucciones:

1. En un recipiente pequeño agregar la mayonesa, la mostaza y una pizca de sal, mezclar bien y dejar aparte.
2. Coloca el papel de hornear sobre tu superficie de trabajo.
3. Coloca de 6 a 7 hojas grandes de lechuga en el medio de papel de hornear para crear una base de lechuga de aproximadamente 9 pulgadas por 10 pulgadas.
4. Agrega la mezcla de mayonesa y mostaza en el centro de tu capa de lechuga.
5. Coloca el jamón, el queso y las rodajas de tomate.
6. Comenzando con el extremo más cercano a ti, enrolla las hojas de lechuga estilo roll usando el papel como base.
7. Continúa enrollando la envoltura de lechuga, manteniéndola lo más ajustada posible y usando el papel pergamino como guía.
8. Cuando esté completamente envuelto, enrolla meter o doblar los extremos del papel para que quede bien cerrado y no se salga por debajo.
9. Con un cuchillo de sierra, cortar el wrap de lechuga a la mitad. dejando un pequeño trozo de papel intacto para ayudar a mantenerla unida.



Notas:

*Utiliza el jamón que más te guste, puede ser de pavo, de pollo o de cerdo. Yo utilicé uno de cerdo que tenía en mi refri, y las rebanadas grandes las partí a mitad.

*Utiliza el queso que más te guste, o que tengas en casa, puede ser mozzarella en rodajas, o cheddar o suizo. Yo utilice suizo porque es el que tenía en casa.

*Los tomates es mejor utilizar tomates grandes, pero si solo tienes pequeños también los puedes usar.

www.unapizcadeluna.com