

SÁNDWICH DE AGUACATE Y PEPINO

Tiempo de preparación: 10 minutos

Salen 2 sandwiches

Ingredientes

- 4 rebanadas de pan integral y semilla
- 4 oz. 113 gr. de Queso de crema* con hierbas, a temperatura ambiente
- Lechuga romana, lavada y secada
- ½ pepino grande, pelado y rebanado
- 1 aguacate grande, en rodajas
- 1 Limón
- ½ taza de brotes de alfalfa
- Sal y pimienta negra al gusto



Instrucciones

1. Untar el queso de manera uniforme en todas las rebanadas de pan.
2. En dos de las rebanadas, colocar la lechuga, rodajas de pepino y rodajas de aguacate.
3. Rocíar un poco de jugo de limón, agregar un poco de sal y pimienta y añadir un poco de alfalfa y sazonar con un poco más de sal y pimienta negra al gusto.
4. Colocar las otras rebanadas del pan encima, cortar a la mitad y listo. ¡A disfrutar enseguida!

Notas:

*El queso crema con hierbas puede sustituirse por queso de cabra o cualquier queso con hierbas, ya que las hierbas le dan un saborazo a todo el sandwich.