

Sándwich de colita fría + Carpaccio de portobellos + Fritata de zucchinis y echalottes



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Carpaccio de portobellos

Jugo de Limón: 2 cdas.

Ajo: 2 Dientes

Sal y Pimienta: A gusto

Aceite De Oliva: A gusto

Portobellos frescos: 20 Unidades

Queso Parmesano Rallado: A gusto

Fritata de zucchinis y echalottes

Queso Fresco: 150 grs.

Aceite De Oliva: 2 cdas.

Portobellos frescos: 10 Unidades

Ciboulette picado: 1 cda.

Echalottes: 2 Unidades

Cebollas: 2 Unidades

Huevos: 2 Unidades

Sal y Pimienta: A gusto

Queso Parmesano Rallado: 1 Taza

Zucchini: 2 Unidades

Sándwich de colita fría

Colita De Cuadril: 1 Unidad

Eneldo: A gusto

Berro: A gusto

Queso Blanco: A gusto

Pan integral: Cantidad deseada

Mostaza de Dijon: A gusto

Sal y Pimienta: A gusto

Cebolla Morada: 2 Unidades

Preparación de la Receta

Sándwich de colita fría

- Cocine la colita de *cuadril* con abundantes hierbas frescas en el horno.
- Terminada la cocción y una vez fría córtela en *fetas*.
- Pele y corte las cebollas en pluma, luego saltéelas en una sartén con aceite de oliva.

Carpaccio de portobellos

- Filetee los portobellos bien finos.
- Pele los dientes de *ajo* y córtelos en finas láminas.
- Prepare una vinagreta, coloque en un bowl las láminas de *ajo*, sal, pimienta, aceite de oliva y *jugo de limón*, mezcle.

Fritata de zucchinis y echalottes

- Corte los zucchinis con piel en finas rodajas.
- Pele los echalottes y las cebollas y corte ambos en aros.
- Filetee los portobellos.
- Corte el queso fresco en cubitos.

Armado

- Abra los panes al medio unte una de las mitades con *mostaza* de dijón y la otra mitad de pan con queso blanco, cubra el queso con *eneldo* deshojado y la *mostaza* con las cebollas salteadas, luego agregue hojas de *berro* y una feta de colita de *cuadril*, sazone con sal y pimienta negra y cierre el sándwich.
- Acomode en la fuente de presentación para el carpaccio los portobellos, condimente con la vinagreta y espolvoree con el parmesano rallado, deje reposar unos minutos antes de servir.
- En una sartén caliente con aceite de oliva dore las rodajas de *zucchini*, agregue los echalottes y la *cebolla*, luego de unos minutos de cocción incorpore los portobellos y una vez tiernos retire y vuelque la preparación en un bowl, agregue los huevos, la *ciboulette*, sal y pimienta, queso parmesano rallado y queso fresco, mezcle bien y vuelque en una placa, extienda y espolvoree con queso parmesano. Cocine en horno precalentado a 180°C durante 20 minutos.

Presentación

- Corte la fritata en porciones y acomódelas en una fuente.
- Sirva los sándwiches en una tabla y acompañe con el carpaccio.

Tips :

- **Zucchini** : Se estima que se comenzó a cultivar en Asia, otros sitúan su origen en América del Sur.
- Es rico en vitamina B, C, ácido fólico y betacarotenos.

<https://elgourmet.com/recetas/sandwich-de-colita-fria-carpaccio-de-portobellos-fritata-de-zucchini-y-echalottes>