



Fácil

40 min

6-8

Tronco de carne picada

Raciones y nutrición

399 kcal / ración de las cuales:

● HIDRATOS	24%	24 gr.	96 Kcal
● GRASAS	54%	24 gr.	216 Kcal
● PROTEÍNAS	22%	21 gr.	84 Kcal

Prepara esta receta

PREPARACIÓN

Mezclar la carne de ternera con la carne de cerdo, el tocino cortado en trocitos, unas ramitas de perejil picado, el queso, la cebolla picada muy fina y el huevo batido y sazónalo con sal y pimienta.

Extenderlo sobre el mármol enharinado, colocar en el centro los huevos duros, uno a continuación del otro, y enrollarlo dándole forma de tronco. Untarlo con aceite y espolvoréalo con pan rallado.

Ponerlo en una fuente de horno y cuécelo a horno fuerte durante 30 minutos.

Servirlo cortado en rodajas y con un puré de patatas y la salsa de tomate frito SOLIS.

CONSEJO NUTRICIONAL

Acompáñalo con arroz hervido ó puré de patatas, una ensalada verde y una fruta del tiempo y disfruta de una comida completa y equilibrada.

CONSEJO CULINARIO

Es una receta que se puede preparar con antelación ya que es aconsejable cortarlo en frío.

INGREDIENTES

- 350 g de Tomate frito SOLÍS
- 250 g de carne picada de ternera
- 250 g de carne picada de cerdo
- 100 g de beicon
- 100 g de queso rallado
- 2 huevos duros
- 1 huevo
- 200 g de cebolla
- perejil
- pan rallado
- aceite de oliva
- sal
- pimienta
- 1 kg de puré de patatas