Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Sanjacobo de ternera

3 raciones · 665 kcal

Ingredientes

- **6 filetes** de ternera
- **2** lonchas de jamón cocido partidas en dos
- **4** quesitos
- **2** huevos
- Pan rallado
- Sal
- Pimienta molida
- Ajo en polvo
- Perejil en polvo
- Aceite de girasol para freír

POR RACIÓN

Proteínas	**78 g**
Grasas	**30 g**
Hidratos	**21 g**
Fibra	**1,2 g**

Elaboración

1. Salpimentamos los filetes de ternera
2. Con cada dos filetes vamos haciendo un librito introduciendo dentro un quesito y media loncha de jamón cocido, aplastamos, unimos bien
3. Cuando los tengamos todos listos, batimos los huevos, le añadido ajo y perejil y vamos pasando los librito primero por el huevo y para finalizar por el pan rallado
4. Ponemos el aceite a calentar a temperatura alta, una vez esté caliente vamos friendo los san jacobos hasta que se doren, vamos sacando y poniendo sobre papel absorbente

RECOMENDACIONES

Acompañarlos con unos ñoquis salteados y especiados en la sartén

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas

cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya