MARÍA



PLATOS PRINCIPALES · VEGETARIANO

Tamago sando

2 raciones 854 kcal

Ingredientes

MAYONESA JAPONESA

- **1** yema huevo
- **1 cda.** mostaza
- Pizca sal y azúcar
- Chorrito vinagre de arroz
- Chorrito zumo de limón
- Aceite de girasol

SÁNDWICH

- Pan de molde
- Huevos cocidos
- Mantequilla

POR RACIÓN

Proteínas	**21 g**
Grasas	**72 g**
Hidratos	**31 g**
Fibra	**2,1 g**

Elaboración

MAYONESA JAPONESA

1. En un recipiente añadimos: yema de huevo, mostaza, pizca de sal y azúcar, chorrito de vinagre de arroz y limón y un poco de aceite de girasol
2. Metemos la batidora abajo y con poca potencia y le damos, vamos añadiendo aceite para conseguir una mayonesa espesa

HUEVOS COCIDOS

3. Ponemos un cazo con agua a hervir, cuando entre en ebullición añadimos los huevos y dejamos 10 minutos
4. Sacamos a un recipiente con agua fría (y hielos) para cortar la cocción
5. Pelamos y machacamos los huevos con ayuda de un tenedor, juntamos con la mayonesa, salpimentamos y mezclamos

MONTAJE

6. Ponemos mantequilla en la cara interna del pan de molde, una buena cantidad del relleno y cerramos

Hecho con CookNest

Todas las recetas de MARÍA
cooknest.app/@easyxbusy · Instagram @easyxbusy