

EL COMEDOR ESCOLAR



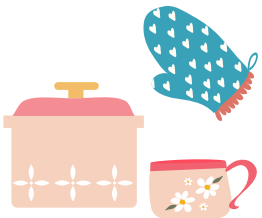
Receta

Receta de mi Abuela de molde de papa con diferentes proteínas

Ingredientes



- Cebolla cabezona
- Aceite (2 cucharas) o margarina (50gr)
- 1/2kg de camarones, atún o pollo
- Pimienta
- Harina de trigo
- 1 taza de café
- Puré de papa
- Mayonesa
- Aceitunas
- Huevos duros



Paso a paso

1. Freír dos cebollas tajaditas o cubitos en 2 cucharas soperas de aceite ó 50 grs de margarina.
2. Junta 1/2 kg de camarones o atún o pollo desmechado.
3. Junta una taza de salsa de tomate, hervir un poco y añadir pimienta al gusto con dos cucharas soperas de harina de trigo, disueltas en una taza de café.
4. Poner en una vajilla hasta que enfrié. Agregar puré de papa cuando aún este caliente haciendo una capa.
5. Dejar enfriar y cubrir con mayonesa.
6. Decorar con aceitunas y huevos duros. Servir con una ensalada verde.

Notas del chef

Servir con una ensalada verde.

