



San Jacobo de atún y pimienta

Descripción



Esta es otra de esas recetas encontradas en internet que me parece curiosa y apetitosa.

Ya s  que el empanado chupa un exceso de aceite, pero  jun día es un día! Lo importante es no abusar de este tipo de recetas.

Es una receta entretenida, que no difícil, porque lleva un ratillo el montaje, pero el resultado es ?!

Ingredientes: (Para cuatro personas, dos unidades por persona).

- 8 lonchas de jamón de York, cortadas no muy finas.
- 8 lonchas de queso al gusto, flexibles y que fundan bien.
- 1 lata de atún en aceite, 250 gr aproximadamente. Sobraréj.
- 1 tarro de pimiento rojo en tiras, unos 200 gr aproximadamente. Sobraréj.
- Huevos y pan rallado para empanar.
- Aceite de oliva y perejil.

Preparación:

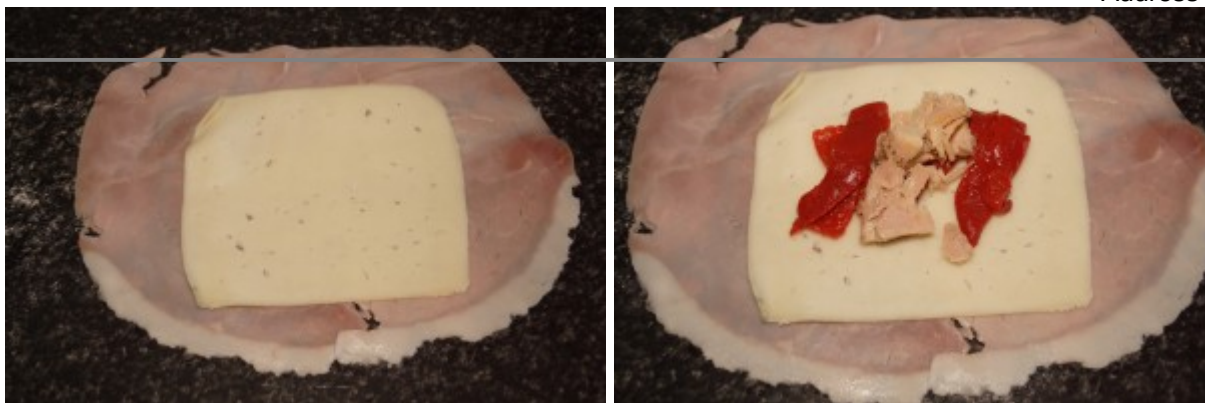
Ponemos el atún a escurrir muy bien, que quede sin aceite a poder ser. Reservamos.

Escurremos también muy bien y secamos con papel de cocina los pimientos. Reservamos.



Y empezamos el montaje de los San Jacobos.

Sobre una superficie plana, colocamos las lonchas de jamón de York, cubrimos cada una con una loncha de queso, ponemos unas tiras de pimiento (bien seco) y trozos de atún (bien escurrido).



default watermark

Cerramos formando un paquete. Nos interesa que el jamón sea mas grande que todo lo demás, porque así lo envolveremos mejor para formar   el paquete  . Haremos como si fuera un canel  n grande y aplastado con el jamón y cerraremos hacia adentro el jamón por todas partes. Si vemos que no queda totalmente cerrado, pondremos unos palillos en los extremos.



Pasamos Â«los paquetesÂ» por el huevo con perejil espolvoreado y por el pan rallado y los echamos en una sartén amplia, con **bastante aceite de oliva muy caliente**.



Freñamos por todas partes, vamos sacando los San Jacobos a un plato o fuente con papel absorbente para que suelten el exceso de aceite.



Et voilÃ ! Â¿Ricos, no?



Consejo: TambiÃ©n se comen frÃos, por lo que se pueden hacer con antelaciÃ³n. Pero si se prefieren calientes, podemos calentarlos en el horno y no en el microondas porque se endurecen. **No he puesto sal en toda la receta, puesto que todos los ingredientes ya la llevan.** No estarÃa mal que el jamÃ³n o algÃ³n otro ingrediente fuera bajo en sal.

Â¡SÃguenos en Facebook: facebook.com/masqpostres

CategorÃa

1. Carnes
2. Huevos
3. Pescados y mariscos
4. Recetas sin horno
5. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creaci3n

abril 30, 2016

Autor

admin

default watermark