



TOSTAS DE REQUESÓN Y ANCHOAS

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 200 g de requesón
- 40 g de anchoas
- 50 g de rábanos
- 10 g de mostaza de Dijon
- 50 g de cebolla
- sal
- pimienta molida
- 100 g de pan de molde

LA PREPARACIÓN

- Mezclar el requesón, las anchoas, el rábano y la mostaza, hasta conseguir una pasta homogénea.
- Pelar la cebolla y picarla muy fina. Añadirle al puré anterior. Salpimentar al gusto.
- Tostar el pan de molde y untar con el puré.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 15.1 g	Grasas 3.8 g
Kcal 138	Proteínas 10.2 g