

Entrepà per esmorzar o berenar

Ingredients:

Panet, xapata, pa de coca,... que sigui un bon pa

Per untar:

Crema de formatge

Hummus

Tomàquet de sucari

Alvocat

Olivada

Tomàquet a rodanxes, cogombrets en vinagre, salmó fumat, enciam, llavors, fruits secs, pit de pollastre, rodanxes d'ou dur, remolatxa ratllada, formatge fresc,...

Preparació:

Amb un bon pa, obert per la meitat o al damunt d'una bona llesca de pa

- Crema de formatge: Tomàquet a rodanxes, enciam, cogombrets, salmó fumat, llavors, fruits secs a trossos, pit de pollastre saltat a la paella amb una mica d'orenga pel damunt,...
- Hummus: llavors, enciam, formatge fresc, rúcula,...
- Sucat amb tomàquet: Enciam, rodanxes d'ou dur, pit de pollastre, remolatxa ratllada, formatge fresc,...
- Alvocat: Enciam, rodanxes de tomàquet, ou dur, salmó fumat, llavors, fruits secs picats,...
- Olivada: Tomàquet a rodanxes, ou dur, enciam, formatge fresc, remolatxa ratllada,...

Aquests són exemples d'aliments que poden quedar molt bé amb lo que decidim d'untar el pa, això no vol dir que hi hagin d'anar-hi tots, els entrepans, sempre al gust.

