

Disney
UN, DOS, CHEF!

ROLLITOS DE COL



Ingredientes

(para 4 personas)

Para el relleno

Mayonesa 40 gr

Repollo 400 gr

Zanahoria 400 gr

Tomate natural 400 gr

Para el rollo

Jamón de pavo 400 gr

Sal 16 gr

Terminación

Maíz 80 gr

Tomate natural 80 gr

Pan de molde 400 gr

UNA RACIÓN CONTIENE:



Utensilios

Rodillo

Sartén 18 cm

Tabla verde

Cebollero y puntilla

4 boles

Cacharro para ingredientes

Paso a paso rollitos de col

Esta receta puedes hacerla en familia supervisando los pasos que sean adecuados para que los haga un niño.

Para empezar...

- 1** Lo primero que haremos es preparar el pan de molde para los rollitos. Le quitamos los bordes al pan, (o como dice Luis Piedrahita: ¡Descortezamos!) y luego pasamos el rodillo por cada rebanada, hasta que queden muy finas.



El relleno

- 2** Para preparar el relleno, pelamos, lavamos y cortamos las verduras (la col y la zanahoria) en juliana, esto es, en tiras muy finitas.



- 3** Luego añadimos a las verduras un poquito de mayonesa y mezclamos todo muy bien hasta conseguir que todo sea homogéneo.



Hacer el rollito

- 4** Llegó la hora de crear el rollito. Lo primero que haremos será colocar papel film transparente sobre la tabla o la encimera en la que estemos trabajando. Luego colocamos la rebanada de pan y sobre ella la loncha de jamón de pavo. Finalmente, ponemos sobre el pan y el pavo un poquito del relleno, no mucho para que luego se pueda enrollar con facilidad.



- 5** Ahora hay que tener cuidado y también maña. Enrollamos despacito el pan con el jamón de pavo y el relleno, y para asegurarnos de que quede bien cerrado, envolvemos el rollito con el papel film transparente como si fuese un caramelo.



- 6** Para terminarlo ponemos una gotita de aceite en una sartén y pasamos los rollitos hasta que queden bien dorados y crujientes.



Ahora toca emplatar

- 7** Colocamos los rollitos sobre un plato y añadimos por encima un poco de tomate cortado en cubitos y de maíz.



- 8** ¡Y ya está! Un, dos ¡Chef! Y a comer.