

Panini z serem i rostbefem

Panini to znana, włoska potrawa. Warto spróbować przygotować ją także na polskim stole. Zwłaszcza, że nadaje się idealnie jako pożywne śniadanie bądź kolacja.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

30 minut

LICZBA PORCJI:

4

SKŁADNIKI:

1/3 szklanki majonezu
50 g sera pleśniowego, pokruszonego
2 łyżeczki chrzanu
1/8 łyżeczki pieprzu
1 biała cebula, pokrojona w cienkie plasterki
1 łyżka oliwy z oliwek
8 kromek białego chleba
8 plasterków sera provolone
8 plasterków pieczonego rostbefu
2 łyżki masła

PRZYGOTOWANIE:

1) Wymieszać majonez z serem, chrzanem i pieprzem. Podsmażyć cebulę na oliwie na patelni.

2) Kromki chleba posmarować majonezem. Na czterech z nich ułożyć po plasterku sera, dwa plasterki rostbefu, odrobinie cebuli i jeszcze jednym plasterku sera. Przykryć pozostałymi kromkami.

3) Sandwicze posmarować z obu stron masłem. Wstawić do opiekacza na 2–3 minuty.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera 639 kcal, 44 g tłuszczów (w tym 18 g NKT), 91 mg cholesterolu, 1340 mg sodu, 31 g węglowodanów, 2 g błonnika, 29 g białka