

Montadito de solomillo, setas y crema Idiazabal



Ingredientes para 4 personas

- Pan para la base del montadito
- 80 gramos de solomillo de cerdo
- 1 cucharada de aceite virgen de oliva
- 60 gramos de setas variadas
- Unas hojas de canónigos
- 40 gramos de queso Idiazábal
- 20 gramos de nata líquida baja en grasa

Preparación

- 1) Saltear las setas cortadas en una sartén con media cucharada de aceite. Salpimentar
- 2) Para hacer la crema de queso. Mezclar en un recipiente, apto para el microondas, el Idiazabal con la nata, calentar en el microondas a media potencia para que no se corte y removerlo bien.
- 3) Cortar el solomillo en rodajas. Salpimentar y hacerlo en la plancha dorándolo por los dos lados. Hacer 8 rodajas de solomillo, una por montadito.
- 4) Montar el aperitivo: Poner el pan que podemos o no tostarlo. Encima, poner el solomillo. Encima las setas salteadas y salsear con la crema idiazábal. Terminar con hojas de canónigo, para que aporte color y volumen al montadito.

Valor nutricional (por ración)

Valor energético: 144,78 Kcal.; Proteínas: 8,33 g; Hidratos de carbono: 7,36 g; Grasas: 9,06 g;

Comentario:

Podemos preparar un bocadillo en vez de un montadito siguiendo esta receta. Sino tenemos queso Idiazabal podemos sustituirlo por queso manchego o prescindir.