



## 'Flamenquines de jamón y loncha de queso cheddar *La Vaca que ríe Toastinette*'

19-04-2017

### LAS RECETAS PARA EL MENÚ ESCOLAR DE BEL FOODSERVICE

Los flamenquines es uno de los platos con mayor aceptación dentro de los comedores escolares. A su sabor intenso se suma la facilidad con la que es masticado, lo que lo convierte en ideal para cualquier etapa escolar. En esta ocasión presentamos una receta casera de flamenquines elaborada con una loncha de queso cheddar *La Vaca que ríe Toastinette*, queso de alta calidad proteica reconocido en el mercado por su agradable sabor y su fundente textura.

Además, la apuesta por la receta casera permite asegurar una mayor calidad y un alto valor nutricional, acorde con los ingredientes empleados en la elaboración del plato, lo que siempre representa un valor añadido en los menús destinados a los colegios.

Image not found or type unknown



### PROCESO DE ELABORACIÓN

**Paso 1:**

– Coger una loncha de jamón york y una loncha de queso cheddar *La Vaca que ríe Toastinette* y hacer un rollito bien apretado.

**Paso 2:**

– Batir un huevo en un bol.

**Paso 3:**

– Esparcir pan rallado en un plato llano y empanar el rollito de york y queso en el huevo y escurrir el exceso de huevo.

**Paso 4:**

– A continuación pasar el rollito por el pan rallado asegurándose de que quede bien cubierto de pan por toda la superficie. Repetir tantas veces como flamenquines se preparen.

**Paso 5:**

– En una sartén poner abundante aceite y calentar a alta temperatura. Freir los flamenquines empanados hasta que estén dorados y reservar.

**Paso 6:**

– Lavar y cortar unas hojas de lechuga y añadir el maíz hervido, aliñar al gusto. Servir.

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Image not found or type unknown



**ALÉRGICOS:** gluten, huevo, leche, trazas de soja, trigo.

Todas las recetas de Bel Foodservice responden a las necesidades del sector de las colectividades (en este caso del segmento de restauración escolar) teniendo en cuenta:

1. Las necesidades nutricionales específicas de los escolares.
2. La limitación de las cocinas de colectividades en cuanto a medios, tiempo, control de riesgos y procesos.
3. Los costes por menú que se demandan en el sector.
4. La preocupación por la reducción del desperdicio alimentario.
5. La utilización de materias primas de calidad y confianza, que cumplan los requerimientos y restricciones más exigentes.

– Contacta con **Bel Foodservice** o accede a su web a través de nuestro directorio de empresas.

### Noticias Relacionadas

- [Canelones de atún con queso, un plato rico en fósforo y calcio, perfecto para los escolares](#)
- [Quiche de jamón york con queso, nutritiva y con un sabor y textura que encanta a los pequeños](#)
- [Albóndigas de pollo con crema de queso: hierro y una textura excelente para la vuelta al 'cole'](#)
- [Macedonia casera acompañada con queso, el postre más fresco para los niños en verano](#)
- [Espaguetis a la carbonara menos calóricos, elaborados con crema de queso en lugar de nata](#)
- [Propuesta para la cena: 'Empanada de atún con loncha de queso La Vaca que ríe Tranchettes'](#)
- [Para el menú escolar: 'Bacalao al horno con patatas y crema de queso La Vaca que ríe'](#)
- [Bel Foodservice apoya a las colectividades con sus libros trimestrales de menús para colegios](#)
- [Bel Foodservice edita para los profesionales una guía de nutrición para escolares](#)