



## 'Pechuga de pollo rellena con jamón y loncha de queso cheddar', una delicia para los 'peques'

10-01-2018

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

Seguimos en 2018 con la publicación de la serie de recetas que Bel Foodservice ofrece a todos los profesionales del sector de la restauración escolar; elaboraciones adaptadas a la operativa de las cocinas de colectividades, apetitosas, nutricionalmente equilibradas y ajustadas a los costes que demanda el sector. Esta semana os ofrecemos la receta de una deliciosa 'Pechuga de pollo rellena con jamón y loncha de queso cheddar La Vaca que ríe Toastinette'.

Esta receta no solo resulta muy idónea por el aporte en proteínas que proporcionan sus ingredientes, que llegan a superar el 25 % de la Ingesta Diaria de Referencia (IDR), sino por su elaboración y modo de cocinado. Este plato goza de una jugosidad y una ternura muy recomendable para los platos destinados a niños pequeños, cuya capacidad de masticación y deglución es aún limitada. En este sentido, la loncha de queso cheddar [La Vaca que ríe Toastinette](#), además del aporte en calcio, cumple un claro objetivo organoléptico y degustativo, al fundirse con el jamón y la pechuga de pollo, consiguiendo una textura más ligera y una fácil masticación.

Image not found or type unknown



### PROCESO DE ELABORACIÓN

**Paso 1:**

– Colocar sobre cada pechuga de pollo una loncha de queso cheddar [La Vaca que ríe Toastinette](#) y una loncha de jamón cocido y enrollar a modo de rollito.

**Paso 2:**

– En una sartén bien caliente freír las pechugas rellenas hasta que estén ligeramente doradas.

**Paso 3:**

– Una vez fritas las pechugas añadir a la sartén la nata para cocinar y dejar cocer durante 10 minutos. Salpimentar al gusto.

**Paso 4:**

– Servir las pechugas con la salsa de nata bien calientes.

Image not found or type unknown



**ALÉRGICOS:** gluten y leche.

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](#)
- ['Flamenquines de jamón y loncha de queso cheddar La Vaca que ríe Toastinette'](#)
- [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](#)