



San Marino de merluza con queso, un sandwich de pescado que triunfará entre los pequeños

03-10-2018

LAS RECETAS PARA EL MENÚ ESCOLAR DE BEL FOODSERVICE

Siguiendo con la publicación de recetas elaboradas por Bel Foodservice, hoy os ofrecemos el *San Marino*, una receta de merluza que se presenta como un sándwich de pescado relleno de queso; una elaboración que hace que el pescado resulte mucho más sabroso y suave al gusto de los más pequeños en el comedor escolar.

La elaboración al estilo casero de este *San Marino de merluza con queso cheddar* tiene grandes ventajas nutricionales, a las que debemos sumar las que ofrece la loncha de queso *cheddar* La vaca que ríe Toastinette; Ésta tiene una excelente capacidad de fundir a altas temperaturas, con lo que durante la fritura, el queso une consistentemente ambos filetes de pescado, manteniendo la presentación a modo de sándwich, cosa difícil de conseguir con otros productos.

Image not found or type unknown



PROCESO DE ELABORACIÓN

Paso 1:

– Cortar los filetes de merluza sin piel y sin espinas por la mitad y sazonarlos.

Paso 2:

– Colocar una loncha de queso *cheddar* La vaca que ríe Toastinette entre las dos mitades del filete de merluza cortado anteriormente.

Paso 3:

– Enharinar bien el conjunto.

Paso 4:

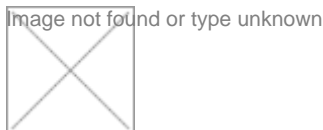
– Batir el huevo en un cuenco y pasar los ‘san marinos’ de merluza y queso ya enharinados, por el huevo, con cuidado de que toda la superficie quede bien cubierta.

Paso 5:

– Freír los ‘san marinos’ en aceite abundante.

Paso 6:

– Acompañar el *San Marino* con lechuga y tomates aliñados.



ALÉRGENOS: gluten, huevo, leche, pescado y 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

- Ensalada tropical con porción de queso, una opción fresca y nutritiva para el verano
- Croquetas de queso con tomate, cremosas y muy atractivas para el comedor escolar
- ‘Berenjenas rellenas con carne y crema de queso’, una atractiva receta para los pequeños
- ‘Pechuga de pollo rellena con jamón y loncha de queso cheddar’, una delicia para los ‘peques’
- 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



Marian González es licenciada en Biología por la Universidad Complutense de Madrid, grado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Internacional Isabel I de Castilla y postgrado en Nutrición Clínica y Tecnología Avanzada de los Alimentos por la Universitat de Barcelona. Consultora nutricional para restauración colectiva y directora de Edasnut. @: info@edasnut.es