

Sándwich de queso fundido

Tiempo de preparación:
15 min

Tiempo de cocción: 10
min

Rinde 4 sándwiches



Ingredientes

- 8 rebanadas de pan integral
- 4 cucharaditas de mantequilla
- 8 rebanadas de tomate fresco
- 8 hojas de albahaca fresca en tiras
- 8 rebanadas de queso

Instrucciones



¡Comienza con las manos limpias!
Lávate las manos con jabón y agua

1. Caliente una sartén a fuego medio.
2. Unte con mantequilla un lado de cada rebanada de pan.
3. Coloque una rebanada de pan con la mantequilla hacia abajo en la sartén.
4. Ponga 2 rebanadas de queso, 2 rebanadas de tomate y 2 hojas de albahaca encima.
5. Coloque otra rebanada de pan encima, con el lado de la mantequilla hacia arriba.
6. Cocine cada lado hasta que el pan se dore y el queso se derrita. Repita lo mismo con el resto de los sándwiches ¡Provecho!



Public Health



NC SNAP-ED

Este material fue financiado por el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria del USDA - SNAP.

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.



@DINE.nutrition
dineforlife.org