

Bandera española

Publicada por:

[imprimir](#)

- 10 '
- 15 '
- 4
- 
- 



Comentario nutricional

Puede sustituirse el tomate frito por tomate natural triturado pasado por la sartén con ajo para reducir calorías.

Modo express

1. Trocee el jamón serrano. Hierva los huevos y separe la yema y la clara; pique las dos partes.
2. Introduzca la mantequilla, el aceite, la sal, la harina, el jamón, las claras y la leche en la cubeta.
3. Programe el menú Freír/Sofreír 15 minutos a 180°. Remueva constantemente y, cuando la mezcla empiece a hervir, calcule 5 minutos más de cocción sin parar de remover.

4. Vuelque la bechamel preparada en una fuente. Dibuje tres bandas sobre ella para conseguir el aspecto de la bandera española: para la central extienda las yemas de huevo picadas, y para las dos laterales utilice el tomate frito.