

MONTADITOS DE QUESO Y MEMBRILLO

Ingredientes (para X raciones) :

- 70 g de pan de payés blanco (según tolerancia)
- 50 g de queso sin curar bajo en grasa: requesón, mozzarella, ricota...
- 25 g de dulce de membrillo



Elaboración:

1. Tostar el pan y cortarlo en cuadrados retirando la corteza.
2. Cortar el queso a láminas.
3. Cortar el membrillo a dados.
4. Montar los montaditos, con el pan de base, un trozo de queso y el membrillo encima.



Observaciones y recomendaciones:

Según tolerancia y para evitar el empeoramiento del síndrome carcinoide, se recomienda utilizar pan blanco sin levadura y sin fermentar, disponible en algunos comercios. En caso de diarrea o esteatorrea de diferente origen, se puede utilizar pan blanco tipo payés o pan de molde sin problema.



Valoración nutricional por ración:

Energía	Proteínas	Grasas	Carbohidratos
274,14 kcal	10,51 g	4,31 g	48,34 g