

Domingo 21 de Noviembre de 2021 | Matutina para Adolescentes | Rollitos para picnics, fiestas o cualquier ocasi3n

Descripci3n



Rollitos para picnics, fiestas o cualquier ocasi3n

â??El de coraz3n alegre tiene un banquete continuoâ?• (Prov. 15:15, LBLA).

Son tan divertidos de preparar y deliciosos, que me sorprende que no nos los hayan prohibido. Me refiero a unos deliciosos emparedados que no son realmente emparedados que solemos preparar para los picnics de la iglesia. Su preparación es sumamente fácil; y las opciones de relleno, infinitas. Lo único que debes recordar al prepararlos es que menos, es más. Si los rellenas demasiado, se pueden volver un desastre.

Notarás que no indico la cantidad necesaria de cada ingrediente, pero eres lo suficientemente inteligente como para calcularla. Si estás cocinando para una multitud, usarás dos o tres paquetes de tortillas. Si solo se trata de ti y un par de amigos, un paquete será suficiente. Si te gustan las zanahorias, ralla dos; si no te gustan tanto, usa solo una. ¿Entendido? Comencemos.

Ingredientes

- Tortillas de harina (simples, o con sabor a tomate, espinacas o albahaca)
- Queso crema
- Hummus
- Zanahorias ralladas
- Aceitunas negras picadas
- Cebollín picado
- Lechuga (verde o la variedad roja y verde)

Preparación

1. Extiende una capa delgada de queso crema o hummus sobre la tortilla, casi hasta el borde.
2. Haz una franja estrecha, de un extremo de la tortilla al otro, con la zanahoria rallada.
3. Luego, paralela a la zanahoria, forma una franja de aceitunas negras.
4. Paralela a las aceitunas, coloca una franja de cebollín picado.
5. Coloca las hojas de lechuga, paralelas a las franjas de los vegetales.
6. Toma un borde de la tortilla paralelo a las franjas y enrolla firmemente hacia el lado opuesto. Corta en rebanadas de unos dos centímetros de ancho.
7. Para servir, coloca los rollitos en un plato o una bandeja y decora con lechuga o perejil. Una aceituna atravesada con un palillo en la mitad de los rollitos dará el toque final para una apetitosa presentación.

Variantes: Ensalada de tofu y aceitunas verdes: una franja gruesa de proteína (carne) vegetal; piñón triturada bien escurrida; nueces o pecanas finamente picadas.

¡De locura! Anímate a probarlos.