

Piadinas de bacon y pera caramelizada con ensalada de rúcula y tomate con aderezo de pecorino

<650 kcal **Rápido**

Cocinando: 20 min • Listo en: 25 min

15



Bacon



Tomate



Rúcula



Tortillas de trigo



Pera



Pecorino



Cebolla



De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, azúcar, orégano, agua, mantequilla.

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Sartén, ensaladera.

Ingredientes

	2P	4P
Bacon*	100 gramos	200 gramos
Tomate	1 unidad	2 unidades
Rúcula*	50 gramos	100 gramos
Tortillas de trigo 13)	6 unidades	12 unidades
Pera	1 unidad	2 unidades
Pecorino* 7)	20 gramos	40 gramos
Cebolla	1 unidad	2 unidades
Azúcar	1 cucharadita	2 cucharaditas
Orégano	1 cucharadita	2 cucharaditas
Agua	100 ml	200 ml
Mantequilla	½ cucharada	1 cucharada

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	343 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2251/ 538	656/ 157
Grasas (g)	23,6	6,9
de las cuales saturadas (g)	9,9	2,9
Carbohidratos (g)	43,1	12,6
de los cuales azúcares (g)	7,2	2,1
Proteínas (g)	17,3	5,1
Sal (g)	3,1	0,9

Alérgenos

7) Leche **13)** Cereales que contienen gluten.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Recíclame!



1



Prepara los ingredientes

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Pela la **cebolla**, divídela en dos y córtala en tiras finas. Corta la **pera** por la mitad y retira el corazón. Luego, corta en dados de 1 cm. Corta el **tomate** por la mitad, luego, corta en cubos pequeños. En una ensaladera, agrega el **queso pecorino**, un chorrito generoso de **aceite** y el **orégano** (ver cantidad en ingredientes). **Salpimienta** y remueve.

3



Carameliza la pera

En la sartén, agrega el **agua** y el **azúcar** (ver cantidad en ingredientes de ambos) y lleva a ebullición. Cocina 2-3 min, hasta que se forme un **caramelo** espeso y dorado. Agrega la **pera** y la **mantequilla** (ver cantidad en ingredientes) y cocina a fuego medio 2-4 min más, removiendo para cubrir la **pera** con el **caramelo**. En la ensaladera, añade la **rúcula** y el **tomate** y mezcla bien para que la **ensalada** quede aderezada.

2



Cocina la cebolla y el bacon

En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Luego, agrega la **cebolla** y **sal** y cocina 5-6 min, removiendo frecuentemente, hasta que quede transparente. Añade el **bacon** y cocina a fuego alto 3-5 min, hasta que quede dorado y crujiente. Remueve para integrar los ingredientes, luego, retira y reserva fuera de la sartén. Retira el exceso de grasa de la sartén.

4



Emplata y disfruta

Limpia la sartén con papel de cocina, luego, caliéntala a fuego medio sin aceite. Agrega las **tortillas de trigo** y calienta 30 segundos por lado, hasta que se doren ligeramente. Sobre cada **tortilla**, agrega **ensalada** al gusto y añade encima el **bacon con cebolla** y la **pera caramelizada**. Sirve la **ensalada** restante en un bol para acompañar las **piadinas**.

¡Que aproveche!

¡Ponle nota, chef!

Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.

