

SANDWICH VEGETAL

Con hummus de aguacate

🕒 10 minutos

👤 Fácil

👥 4 personas

✓ INGREDIENTES

- 100 g de garbanzos en conserva
- 2 aguacates
- 15 ml de aceite de oliva
- 1 limón
- 1 diente de ajo
- Sal
- Pimienta negra
- Comino
- 8 rebanadas de pan de sándwich con semillas
- 180 g de tomate en rama
- 200 g de jamón cocido en lonchas
- 100 g de queso tierno en lonchas
- ½ Ensalada de Canónigos Florette



En un vaso batidor, **mezcla** los garbanzos, el aguacate pelado, el aceite, el zumo de limón y el ajo hasta obtener una mezcla homogénea.



Agrega la sal, la pimienta y el comino, y **reserva** el conjunto.



Tuesta las rebanadas de pan en una sartén y **reserva** la mitad.



Extiende el hummus sobre las rebanadas de pan y, sobre este, el tomate en rama cortado en rodajas.



Añade una loncha de jamón cocido y otra de queso tierno. **Termina** con los canónigos Florette y **cierra** el sándwich con el pan reservado.

PRODUCTO DE ESTA RECETA



Primeros Brotes Canónigo

