

CESTINHA DE PÃO INTEGRAL COM ATUM WICKBOLD

INGREDIENTES

10 fatias do pão integral sem casca Wickbold
1 lata de atum sólido light desfiado com um garfo (170 g)
8 uvas verdes sem semente em rodelas
5 folhas de hortelã picadas
1 tomate sem sementes e em cubinhos
2 talos de cebolinha picados
1 talo de salsinha picado
1/2 xícara (chá) de pepino em cubinhos
1/2 cebola roxa em fatias finas (em meia-lua)
1/2 colher (sopa) de azeite
1/2 colher (sopa) de suco de limão
sal e pimenta-do-reino

MODO DE PREPARO

CESTINHAS:

Cestinhas: Apoie as fatias do pão sobre uma tábua e passe sobre elas um rolo de massas, deixando-as mais finas. Em seguida, acomode-as dentro de forminhas para muffin (7 cm X 5 cm), formando cestinhas. Leve ao forno pré-aquecido (160°C) durante 25 minutos, ou até ficarem crocantes e levemente douradas.

RECHEIO:

Recheio: Em um recipiente coloque o pepino, o tomate, a salsinha, a cebolinha, as folhas de hortelã, a cebola roxa, a uva, o atum, o azeite e o suco de limão. Misture bem e tempere com sal e pimenta-do-reino.

MONTAGEM:

Montagem: Quando as cestinhas estiverem prontas, retire-as do forno e deixe esfriando sobre uma grade. Quando estiverem frias coloque-as sobre o prato em que for servir e recheie com o auxílio de uma colher. Sirva acompanhada de saladas.