

Raciones para 2

2-3 Zanahorias

80 gr Harina de avena

2 Huevos

Sal

Pimienta

1 **Cdita** Orégano

1 **pizca** Pimentón

1 **pizca** Curry

Queso havarti

Jamón cocido

Rúcula o espinacas

Aguacate

- 1 Para el pan: rallar las zanahorias, ponerlas en un bol y juntar con la harina de avena, los huevos, la sal, pimienta y las especias.
- 2 Batir bien hasta obtener una mezcla homogénea y verter en recipiente de rectangular apto para microondas, previamente engrasado. Cocinar al microondas a máxima potencia, durante 1 minuto y 40 segundos.
- 3 Retirar del microondas con cuidado y desmoldar. Cortar por la mitad y abrir para rellenar.
- 4 Precalentar el Elite Grill a 190 °C en la función Sándwich. Poner sobre uno de los panes una lámina de queso, una de jamón, un poco de rúcula o espinacas, 3 láminas de aguacate y otra loncha de queso.
- 5 Cerrar con el otro pan y tostar en el Elite Grill durante 3 minutos.

Notas del Chef

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/sandwich-con-pan-de-zanahoria/>

