

# MIÉRCOLES

un gustito bien merecido

## TORRE de PECHUGUITAS con JAMÓN CRUDO

### Ingredientes:

- 4 pechugas de pollo sin piel
- 4 fetas de Jamón Crudo La Casona
- 4 fetas de queso fontina
- Ramas de romero
- Aceto de oliva
- Sal y pimienta a gusto

### Para la Guarnición

- 4 batatas

### Preparación:

- » Colocar las pechugas de a una sobre una tabla y con cuchillo filoso cortarlas horizontalmente para obtener 3 bifecitos planos de cada una de ellas.
- » Cocinarlos en una plancha o sartén bien caliente, 5 minutos de cada lado. Retirar y reservar.
- » Untar una asadera para horno con aceite de oliva.
- » Hacer el armado final en forma de torre disponiendo en la base un bifecito de pollo; sobre el, media feta de jamón crudo; luego, media tajada de queso y romero fresco. Repetir: pollo, jamón crudo, queso y romero hasta terminar con pollo.
- » Llevar a horno precalentado moderado por 10 minutos o hasta que se derrita el queso; y servir acompañado de batatas cortadas en cuña y cocinadas al horno.

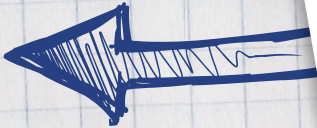


# Jueves de mujeres

## SALTEADO de VEGETALES

### Ingredientes:

- 2 zanahorias
- 1 pimienta rojo
- 1 pimienta verde
- 1 pimienta amarillo
- 2 cebollas
- 2 zucchini
- 1 berenjena
- Salchichas La Casona Light 
- Fideos secos
- Aceto (cantidad necesaria)
- Sal y pimienta
- Opcional: semillas



### Preparación:

- » Cortar las hortalizas en juliana. Reservarlas.
- » Saltear las hortalizas dependiendo de la dureza de cada una (zanahoria, cebolla, pimientos, zucchini, berenjena)
- » Cocinar los fideos. Retirar al dente. Repetir la misma operación con las salchichas. Cortarlas en dados.
- » Agregar la pasta y salchichas en el salteado; salpimentar.
- » Opcional: agregado de semillas (lino, sésamo, chia).



## MAYO

| Dom | Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|     |     |     |     | 1   | 2   | 3   |
| 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  |
| 11  | 12  | 13  | 14  | 15  | 16  | 17  |
| 18  | 19  | 20  | 21  | 22  | 23  | 24  |
| 25  | 26  | 27  | 28  | 29  | 30  | 31  |

1: Día del Trabajador (2: Feriado Puente)  
25: Día de la Revolución de Mayo

## JUNIO

| Dom | Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   |
| 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  |
| 15  | 16  | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  |
| 22  | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  |
| 29  | 30  |     |     |     |     |     |

10: Día del empleado de la Carne  
20: Paso a la Inmortalidad del Gral. M. Belgrano

## JULIO

| Dom | Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|     |     | 1   | 2   | 3   | 4   | 5   |
| 6   | 7   | 8   | 9   | 10  | 11  | 12  |
| 13  | 14  | 15  | 16  | 17  | 18  | 19  |
| 20  | 21  | 22  | 23  | 24  | 25  | 26  |
| 27  | 28  | 29  | 30  | 31  |     |     |

9: Día de la Independencia

## AGOSTO

| Dom   | Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb |
|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|       |     |     |     |     | 1   | 2   |
| 3     | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   |
| 10    | 11  | 12  | 13  | 14  | 15  | 16  |
| 17    | 18  | 19  | 20  | 21  | 22  | 23  |
| 24/31 | 25  | 26  | 27  | 28  | 29  | 30  |

17 pasa al 18: Paso a la Inmortalidad del Gral. San Martín