

CAFÉ CON PAN TUMACA



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Mary Díaz



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Otros

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Casera

Coste: Muy económico

Descripción:

Este desayuno es el mejor desayuno de la dieta mediterranea. Algunos médicos recomiendan este desayuno, a mi me lo recomendo el mio.

Ingredientes para 1 persona :

- pan
- aceite de olvia
- tomate
- ajo
- 1 taza de café con leche

Preparación:

Paso 1

PREPARACIÓN: Se trituta o se ralla el tomate (eso al gusto). Se tuesta el pan, se pone en el plato y se unta el ajo en el pan, se le echa el aceite de oliva y se echa el tomate encima. Tambien se puede poner encima una loncha de jamón serrano.