

# BOCADILLO VEGETAL



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** rosa marcos rom **Recetizador:** megan



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Otros

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Económico

**El truco de esta receta:**

EN VEZ DE ATUN, SE PUEDE AÑADIR  
,SALMON.SARDINAS

## Descripción:

PUES ES SIMPLE BOCADILLO PARA ESOS DIAS QUE NO TIENES  
GANAS DE COCINAR MUY FACIL DE HACER Y BUENO

## Ingredientes para 1 persona :

- 1 PAN NORMAL
- 1 TOMATE
- 1 lata de atún
- 1 LECHUGA
- 1 o 2 de PEPINILLOS
- 5 OLIVAS de OLIVAS NEGRAS

## Preparación:

### Paso 1

NOS PREPARAMOS EL BOCADILLO UNTAMOS EL TOMATE CON EL PAN Y AÑADIMOS LA LECHUGA EL ATUN, LOS PEPINILLOS Y LAS OLIVAS