

**Medias Lunas » Thins» con  
Salmón, Piña y Semillas de  
Calabaza.**

# MEDIAS LUNAS "THINS"

con Salmón, Piña y Semillas de Calabaza



Sabía yo que volvería con el tiempo muy ajustado, así que me marché dejándole a mi chico la lista de la compra preparada y dibujando en mi libreta de apuntes culinarios un pequeño boceto de la que sería mi propuesta para el post de esta semana.

La idea me la dio una campaña llevada a cabo por la Bimbo Brand que desde su web y [Canal Cocina](#) nos reta a crear algo nuevo, diferente y atractivo con sus redondas y finas rebanadas de panecillos «Thins» que, por cierto, desde que se pusieron a la venta forman parte de los imprescindibles en mi despensa.

Con tan solo 99 calorías por ración y una mayor cantidad de fibra (ojo, también de sal) son capaces de albergar cualquier tipo de relleno sin hacernos sentir culpables por tomarnos un bocadillo para cenar, especialmente a quienes vivimos luchando constantemente contra nuestro peso.

Están deliciosos con apenas unas hojas de lechuga, tomate y un hilo de buen AOVE; pero si lo que queréis es sorprender a vuestros comensales sin pensar demasiado en la línea, serán también el soporte perfecto de originales creaciones.

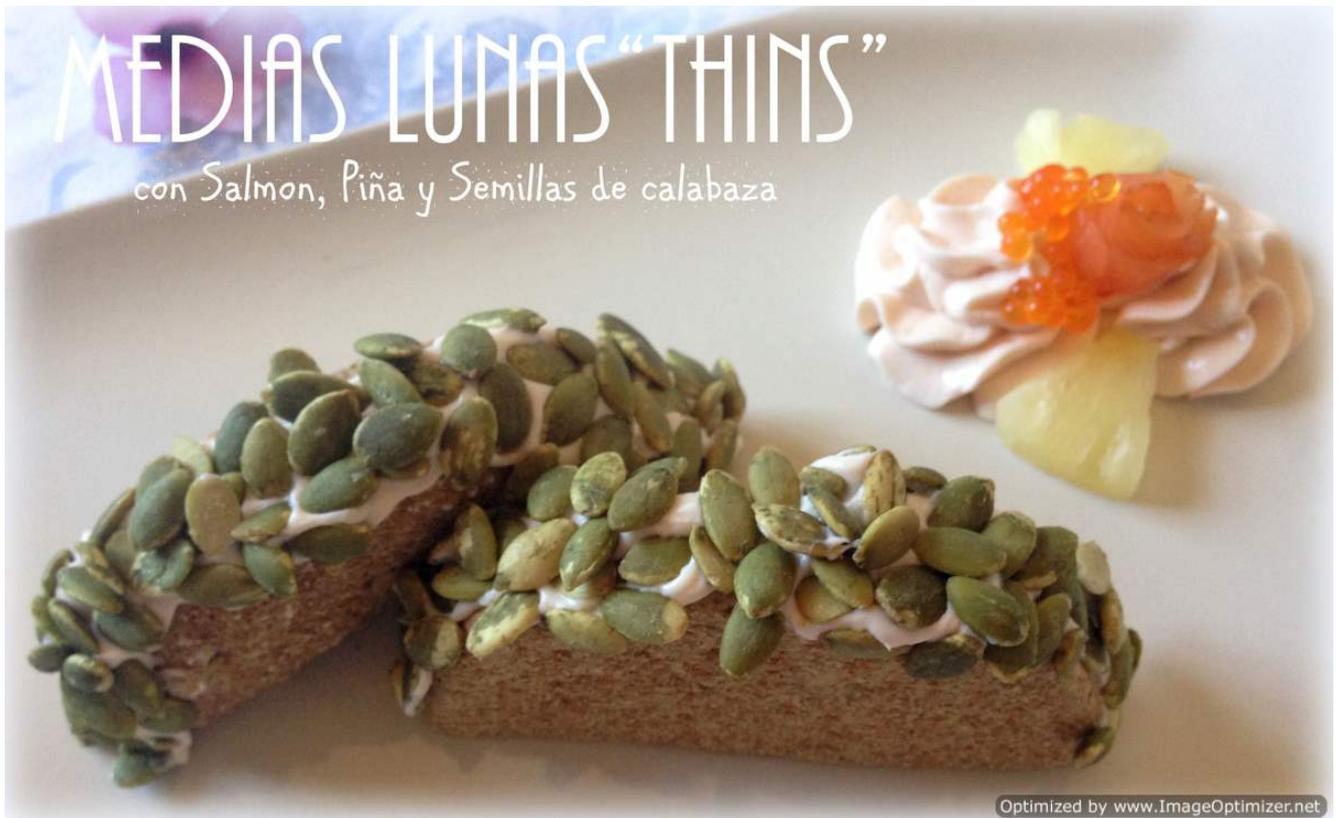
Ligeramente tostados se convertirán en capas de deliciosos milhojas o en la base perfecta de cualquier tartar.

He pasado unos días lejos de casa aprendiendo, probando cosas nuevas y regreso con horas escasas para llegar a todo. Por eso sabía que unas sencillas medias lunas elaboradas a partir de unos panecillos de Sandwich «Thins» se convertirían en un primer plato perfecto, además de fácil y rápido de preparar, del que aquí os dejo la receta.

Espero que os guste.

Besos.

Lourdes



## **Medias Lunas «Thins»**

**con Salmón, Piña y Semillas de Calabaza**

### **Ingredientes**

#### **para 4 Personas**

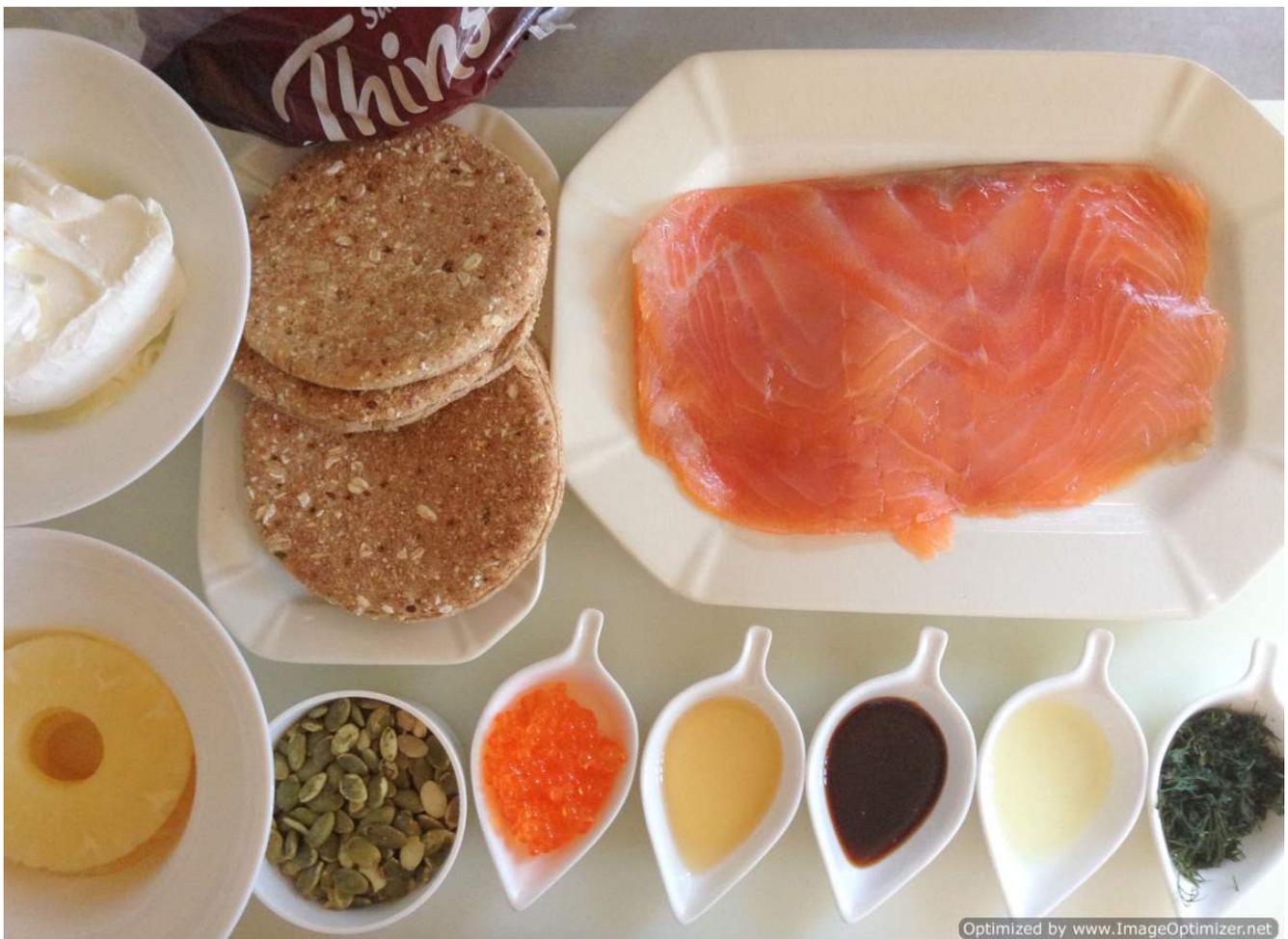
- 4 Panecillos de Sandwich Thins Bimbo.
- 200 gr de Salmón Ahumado en lonchas.
  - 250 gr. de Queso Mascarpone.
  - 4 Rodajas de Piña.
- 60 gr de Pipas de Calabaza Tostadas.
- 1 Cucharada de Salsa de Soja.
- 1 Cucharada de Mirin (vino de Arroz). Lo puedes sustituir por Sake o incluso por

Vodka.

- 1 Cucharada de Zumo de Limón.
- 1 Cucharada de Eneldo Fresco Picado.
- 1 Cucharada de Huevas de Trucha.

## Material Extra

- Batidora tipo Minipimer y su Vaso.
- Manga Pastelera con Boquilla Estrellada.
- Lengua de Silicona.
- Vaso Grande.
- Tostadora.
- Bol Mediano.







## Paso a Paso

### La Crema y las rosas de Salmón

Vamos a comenzar haciendo unas pequeñas rosas de salmón que usaremos en la decoración final del plato y preparando la crema que añadiremos a nuestras medias lunas.

Para ello necesitaremos la mitad del salmón y 150 gr. del queso mascarpone, además de la minipimer con su vaso, la manga pastelera, la lengua de silicona y el vaso grande en el que colocaremos la manga para rellenarla con más facilidad.



Cortamos 8 tiras de unos 2 centímetros de ancho de las lonchitas de salmón y las enrollaremos formando pequeñas rositas que reservaremos hasta el momento de emplatar. El resto del salmón lo usaremos a continuación para la crema.









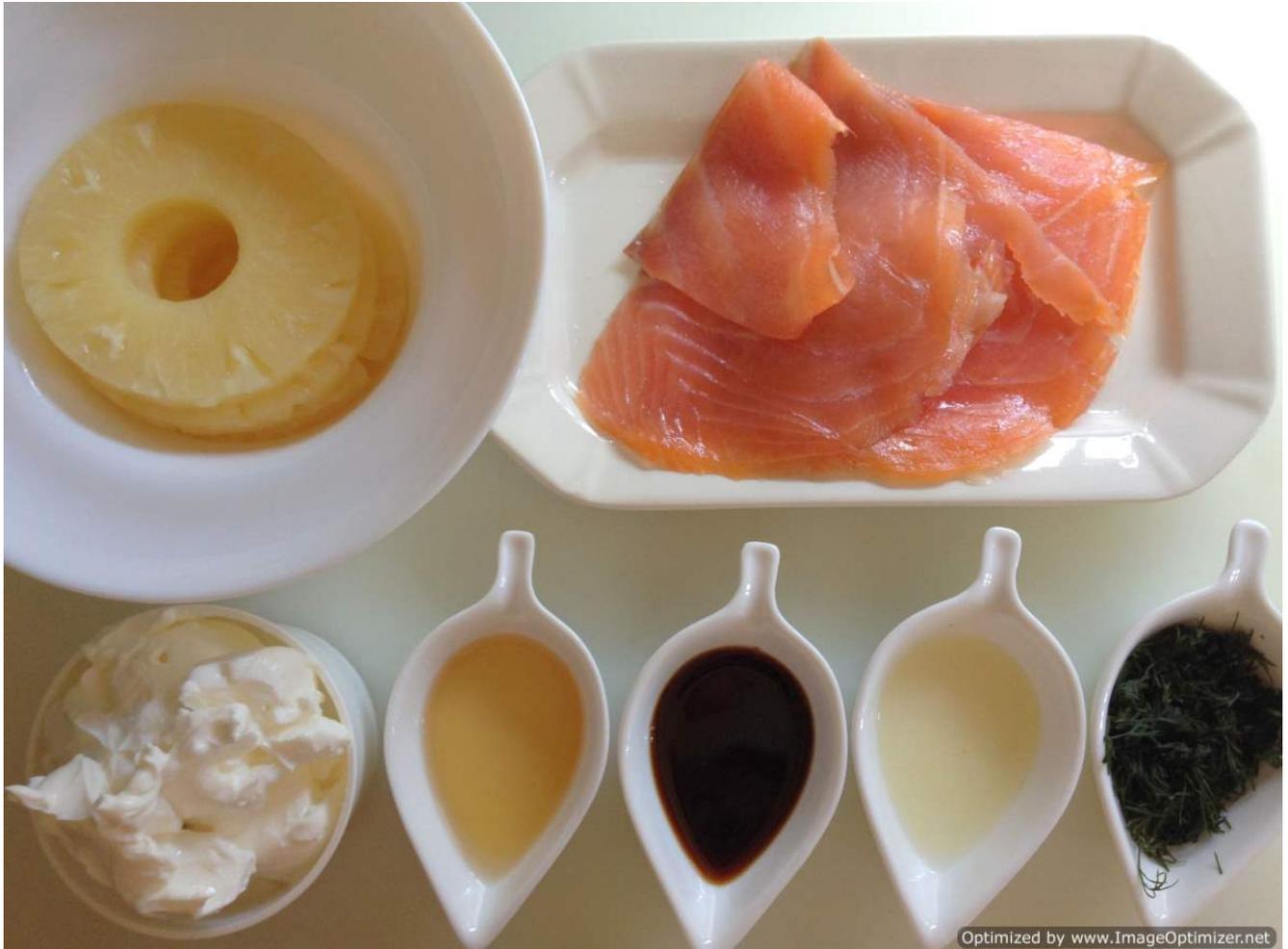
Seguimos,

colocando la manga pastelera en el vaso grande. A continuación ponemos los 150 gr. de mascarpone en el vaso de la minipimer, cortamos el salmón restante de las rosas y lo incorporamos al queso. Trituramos hasta tener una crema muy fina que pondremos dentro de la manga pastelera con ayuda de la espátula. Cerramos la manga y la reservamos en la nevera mientras continuamos con la elaboración.



## El Relleno

Para elaborar el relleno de nuestras medias lunas necesitaremos la piña, la otra mitad del salmón, 100 gr del queso mascarpone, la salsa de soja, el mirin, el zumo de limón y el eneldo picado. La mezcla la haremos en el bol mediano.



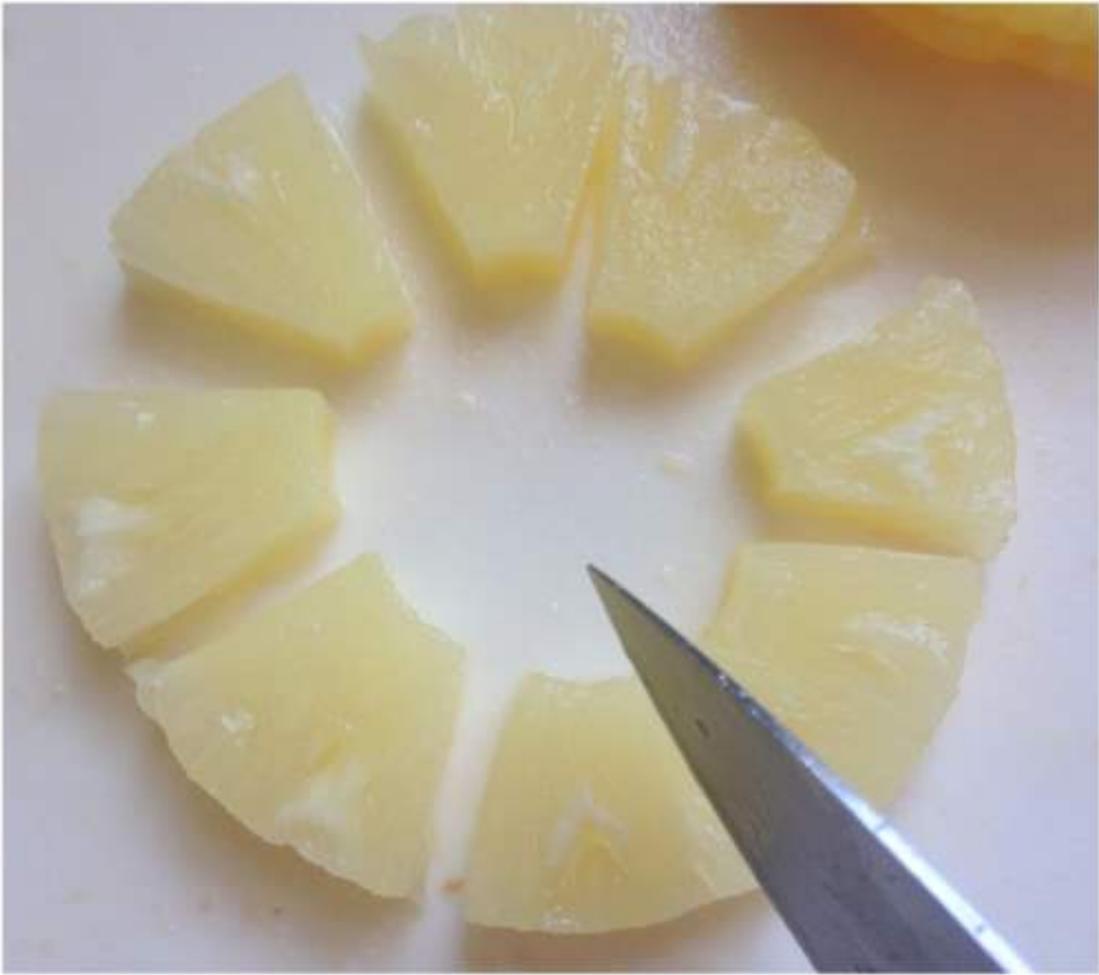
De las cuatro rodajas de piña, una la cortaremos en 8 trocitos como se ve en la foto y la reservaremos junto a las rositas de salmón para la decoración final de los





platos.





nuamos troceando el salmón. Eliminamos primero si tuviera algún trocito duro y después lo hacemos daditos muy pequeños y lo ponemos en el bol. Picamos a continuación las rodajas de piña en pequeñas láminas y las incorporamos al bol con el salmón. Añadimos el mascarpone, el mirin, la salsa de soja, el limón y el eneldo. Mezclamos muy bien y reservamos.



## El Pan

Para que nuestras medias lunas nos queden perfectas necesitaremos además de los Thins, la tostadora.



Los meteremos sin separar las dos mitades del pan y tostaremos ligeramente; sacamos de la tostadora separamos y damos la vuelta a las rebanadas de pan para tostarlas por la otra cara.

Una vez tostados los 4 panecillos los cortamos por la mitad y ya tenemos nuestras 8 medias lunas listas para rellenar.



## Montaje

Con los panecillos tostados y cortados, el relleno, la crema, las semillas de calabaza, los trocitos de piña, las rositas de salmón y las huevas de trucha pasamos a montar nuestros platos.



Ponemos una cucharada generosa de relleno sobre una de las mitades del pan tostado y la cubrimos con su mitad correspondiente consiguiendo un panecillo con forma de media luna con el grosor de un dedo. Repetimos la operación hasta tener listas las o porciones.









Seguimos

cubriendo de crema con la manga pastelera el borde circular de cada una de las medias lunas (no pondremos crema en la base pues sobre ella las apoyaremos). Ponemos las semillas de calabaza en un plato y mojamos el borde de crema de las medias lunas en las semillas para que se peguen en la crema, quedándonos como se ve en la foto. Colocamos nuestras medias lunas apoyadas sobre la base plana que habremos dejado sin cubrir.









último, colocamos dos medias lunas sobre cada plato y las acompañamos con un par de rosetones de crema de salmón que haremos con la manga en el lateral del plato; las decoramos con un par de trocitos de piña, una o dos rositas de salmón, unas huevas de trucha y servimos.









te

deliciosas!!!!

# MEDIAS LUNAS "THINS"

con Salmón, Piña y Semillas de Calabaza





*Ya sé lo que Quiero*



Optimized by [www.ImageOptimizer.net](http://www.ImageOptimizer.net)



*Ya sé lo que Quiero*