



Αλμυρή τούρτα - Μπόμπα

20'
Χρόνος
Εκτέλεσης

1-2 ώρες'
Χρόνος
Αναμονής

10
Μερίδες

1
Βαθμός
Δυσκολίας



Μέθοδος Εκτέλεσης

- Απλώνουμε τις φέτες ψωμιού στον πάγκο εργασίας μας.
- Αλείφουμε τις μισές φέτες με [μαγιονέζα](#) και τις άλλες μισές με τη μουστάρδα.
- Πάνω από τις φέτες με τη μαγιονέζα απλώνουμε τα φύλλα ρόκας, το τυρί και 1 αυγό [κομμένο](#) σε φέτες.
- Πάνω από τις φέτες με τη μουστάρδα απλώνουμε το ζαμπόν, το αγγουράκι σε φέτες και την ντομάτα σε φέτες.
- Αρχίζουμε να κατακλώνουμε τη μία φέτα πάνω στην άλλη βάζοντας την τελευταία φέτα αναποδογυρισμένη ώστε να έχουμε την καθαρή πλευρά του ψωμιού προς τα πάνω.
- Χτυπάμε το [τυρί κρέμα](#) στον κάδο του μίξερ με το φτερό να αφρατέψει ή με ένα σύρμα χειρός σε [μπολ](#).
- Αλείφουμε τα τοιχώματα και την επιφάνεια της «τούρτας» με το τυρί κρέμα. Βάζουμε στο ψυγείο για 1-2 ώρες να σφίξει το τυρί κρέμα.
- Διακοσμούμε τα τοιχώματα της τούρτας με τα φυλλαράκια του σχοινόπρασου και την επιφάνειά της με τα [ντοματίνια κομμένα στη μέση](#), τις φέτες από τα ραπανάκια, τα φύλλα δυόσμου και τα σπαράγγια.

Συστατικά

- 8 φέτες ψωμί, στρογγυλές για μπόμπα
- 100 γρ. [σπιτική μαγιονέζα](#)
- 100 γρ. μουστάρδα, με κόκκους
- 100 γρ. ρόκα baby
- 4 φέτες παρμεζάνα
- 4 αβγά, μέτρια, βραστά
- 4 φέτες ζαμπόν
- 1 αγγούρι
- 2 ντομάτες
- 500 γρ. τυρί κρέμα, σε θερμοκρασία δωματίου

Για το σερβίρισμα

- 20 γρ. σχοινόπρασο
- 5 ντοματίνια, πολύχρωμα
- 3 ραπανάκια, σε φέτες
- φύλλα δυόσμου
- 4 σπαράγγια

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

| | | | |
|---------------------------|---------------------------|------------------------------|---------------------------|
| 361 Θερμίδες (kcal) | 27.0 Λιπαρά (γρ.) | 11.0 Κορ.Λίπη (γρ.) | 17.0 Υδατ/κες (γρ.) |
| 18% | 39% | 55% | 7% |
| 5.0 Σάκχαρα (γρ.) | 13.0 Πρωτεΐνη (γρ.) | 1.5 Φυτικές Ίνες (γρ.) | 1.8 Αλάτι (γρ.) |
| 6% | 26% | 6% | 30% |