

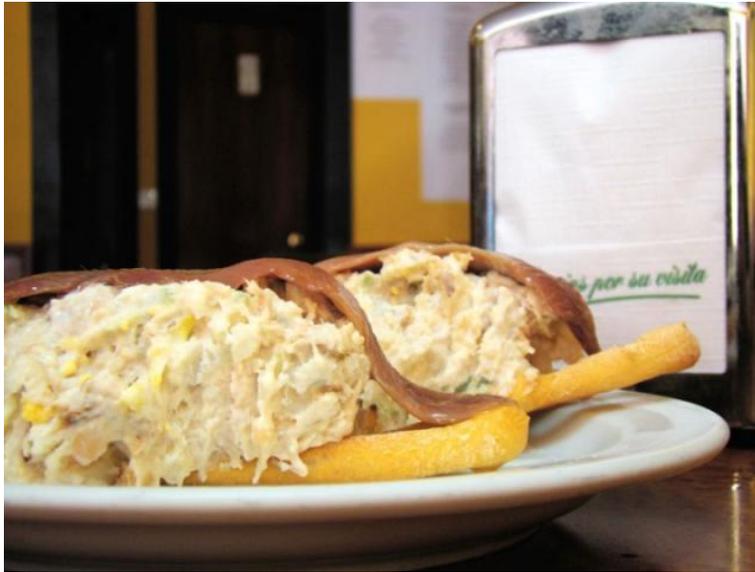
La Marinera

Ruralmur

ruralmur2@regmurcia.com

<https://ruralmur.com/articulo/261/la-marinera>

Dirección: [Región de Murcia](#)



La Marinera es otra de esas tapas con gran tradición en la Región y en especial en las zonas del litoral. Esta consolidada tapa, junto a su 'prima hermana' la ensaladilla rusa, pasan a engrosar la lista de las más demandadas en épocas de calor. De ahí que, sobre todo en verano, sea muy común ver en cualquier terraza a alguien degustando este sabroso y ligero tentempié que apetece a casi cualquier hora del día. La marinera se trata pues de un bocadillo muy fácil de elaborar y también de consumir ya que consiste en una pequeña ración de ensaladilla colocada sabiamente sobre una rosca de pan tostado, y adornada con una anchoa en salmuera, ingrediente que le aporta su particular sabor a esta sencilla pero gustosa tapa.

Existen dos variedades para aquellos que no les guste la anchoa en salmuera: El marinero, que la anchoa se sustituye por un boquerón en vinagre y la bicicleta que solo se sirve la rosquilla con la ensaladilla. Su presentación es también muy bonita, al servirse este en un pequeño plato sin ser puesto que al tratarse la base de la tapa de una rosquilla facilita que se pueda comer con las manos sin requerir de cubierto alguno.

Acompañada por una espumosa bien fría, bien podrá decirse que Marinera y caña hacen una perfecta, además de barata, combinación a la hora de salir de tapeo o de llenar el estómago a media mañana, de forma sana y ligera.

Receta sacada de www.regmurcia.com

Las mejores rosquillas en Panadería La Francesa

http://www.ruralmur.com/artesania/alimentacion/panaderia-la-francesa_281

La Marinera

Ruralmur
ruralmur2@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y3j4nnte>

La Marinera

Ruralmur
ruralmur2@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y3j4nnte>