
Paun seghel emplenì dal Vallais

- 70 gr Chaschiel da Goms, taglià en quadrins
- 50 gr Charn setgentada (dal Vallais)
- 6 Spargias cun ina lunghezza da circa 5 centimeters, far giu la paletscha al prim terz

Maschadar tut ed emplenir il paun seghel dal Vallais. (L'emprim tagliar giu a quest il viertgel ed allontanar il cuntegn. Dal cuntegn anc maschadar in terz cun il chaschiel, la charn e las spargias).

A la fin anc metter si il viertgel al paun seghel emplenì dal Vallais. Zugliar il paun en folia d'aluminium e metter el per circa 30 minutas en il furn stgaudà sin 220 grads.

Laschar sfradentar e lura BUN APPETIT!
