

Tortitas de Quinua

Ingredientes

1 zanahoria
1/2 cebolla
1 taza de quinua blanca cocida
1 cucharada de cebolla verde
1/2 cucharadita de sal y pimienta o al gusto
2 cucharadas de queso parmesano rallado

Harina de maíz para empanizar
2 cucharadas de aceite para freír.

Procedimiento

Cortar la zanahoria y la cebolla en trozos medianos

Procesar con una taza de quinua cocinada, colocar en un bowl, agregar los demás ingredientes y mezclar.

Forma las tortitas, pasarlas por harina de maíz calentar la sartén con el aceite a fuego medio y fríelas por ambos lados.

