



<https://www.mepillasquisando.com>



## TORTITAS DE BRÓCOLI Y QUESO PARMESANO



### INGREDIENTES:

- 300 gr. De Brócoli.
- 1 Bote de garbanzos cocidos.
- 1 Cebolla mediana.
- 100 gr. De Harina de trigo.
- 1 Huevo.
- 80 gr. De Queso parmesano rallado.
- ½ Limón, el jugo.
- Aceite de oliva.
- Sal y Pimienta.

### ELABORACIÓN:

Picamos la cebolla y el brócoli, en una olla con agua y sal cocinarlos durante 10 minutos. Una vez cocidos, con un tenedor aplastamos el brócoli y mezclamos con los garbanzos bien lavados, escurridos y aplastados. Añadimos la harina, el huevo, el parmesano, la sal, la pimienta y el jugo del limón y mezclamos. Vamos haciendo bolas con la masa resultante, las aplanamos. Ponemos una sartén con unas gotas de aceite y hacemos las tortitas por ambos lados.

<https://www.mepillasquisando.com>