



<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>