


HAMBURGUESAS DE ESPINACA Y QUINOA

Ingredientes



- 1/2 bolsa de Espinaca El Huertico 
- 250g de quinoa
- 1 zanahoria rallada
- 2 huevos
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- Sal
- Pimienta
- 1/2 taza de pan rallado
- Aceite de oliva

Preparación

1. Cocemos la quinoa siguiendo las instrucciones del fabricante y dejamos enfriar en un bol.
2. Troceamos la espinaca El Huertico, pelamos y rallamos la zanahoria y añadimos al bol.
3. Añadimos los 2 huevos, el ajo en polvo, el pan rallado, sal y pimienta al gusto. Mezclamos bien hasta que se integren todos los ingredientes.
4. Vamos cogiendo bolas de masa y las aplastamos dándoles forma de hamburguesa. Si vemos que es necesario podemos añadir a la masa algo más de pan rallado o meterlas al frigo una hora para que se queden más compactas.
5. En una sartén con un poco de aceite de oliva cocinamos las hamburguesas por ambos lados hasta que queden doradas... ¡Y listo! Ya podemos disfrutar de esta receta tan sana, sabrosa y 100% vegetariana.

Lo de Siempre Como Nunca