



Puedes ver el vídeo en nuestra página web www.glotonessin gluten.com, en nuestro canal de Youtube o en el siguiente link: <https://youtu.be/cUy5GfAHsso>

Ingredientes:

- 100 g. de brócoli al vapor
- Sal
- 50 g. de pan rallado sin gluten
- 2 huevos
- Queso rallado



- En una picadora echamos:
- 100 g. de brócoli al vapor
 - 2 huevos
 - 50 g. de pan rallado sin gluten
 - 100 g. de queso rallado
 - y sal



¡Trituramos!



Con ayuda de una cuchara, hacemos bolas y las aplastamos en la propia sartén con aceite caliente. Freímos por ambos lados hasta que se doren levemente.



¡Y listo! Como sugerencia de emplatado, lo servimos con un poco de maíz. ¡La mezcla es perfecta!

gloton^{es}
sin gluten