

POLPETTE DI QUINOA E BROCCOLI



Categoria: Piatti vegetariani

Informazioni aggiuntive
Senza lattosio, Vegetariano

Creato il 2014-09-04
Qualificata da Supercook IT
Suggerito da Supercook IT
Tempo di preparazione: 53
Minuti

Adatto per macchina:
- SUPERCOOK SC110
- Supercook SC250
- Supercook SC300
- Supercook SC350
- Supercook SC400

ELENCO INGREDIENTI PER 4 PORZIONI

300 grammi	broccoli
150 grammi	quinoa
50 grammi	parmigiano
2 cucchiaino/ cucchiaini	mollica di pane
1	uovo
2 pezzi	scorza di limone
	sale q.b.
	pepe q.b.
1750 Millilitro/ millilitri	acqua
	olio d'oliva

PREPARAZIONE - PASSO DOPO PASSO

Per vedere la ricetta completa, si prega di accedere al tuo [profilo utente](#).