

ROLLITOS DE ACELGAS RELLENOS DE QUINOA

Ingredientes

- 1 cebolla
- 2-3 dientes de ajo
- Un trozo de bacon
- 1 zanahoria
- Hojas de acelga
- 1/2 vaso de quinoa
- Sal
- Aove
- Perejil fresco

Las pencas de acelga no utilizadas en esta receta se pueden aprovechar haciendo, por ejemplo, **pencas rebozadas**.

INGREDIENTES

- Pencas de acelga
- Harina de trigo
- 1-2 huevos
- Sal
- Aceite para freir

Preparación

- 1°. Pon a cocer la quinoa en cazo con abundante agua y sal. Luego escúrrela y reserva.
- 2°. Sofríe cebolla con ajo en una sartén con un poco de aceite. Añade taquitos de bacon y zanahoria picada y rehoga unos minutos más.
- 3°. Mezcla en bol la quinoa cocida y un poco de perejil fresco picado con el sofrito.
- 4°. Retira los tallos y nervios centrales de hojas de acelga enteras. Escáldalas 30 segundos en agua salada hirviendo.
- 5°. Escúrrelas y sécalas con papel de cocina. Reparte el relleno en el centro y haz rollitos.
- 6°. Los puedes servir gratinados sobre un lecho de salsa de tomate y bechamel.

Para hacer pencas de acelga rebozadas:

- 1°. Hierva las pencas troceadas en agua con sal hasta que estén al dente.
- 2°. Escúrrelas y sécalas con papel de cocina.
- 3°. Pasa cada trozo por harina primero y por huevo batido (con pizca de sal) a continuación.
- 4°. Fríe en una sartén con abundante aceite, a fuego medio, hasta que estén doradas.

[HTTPS://WWW.CLARA.ES/](https://www.clara.es/) Y [HTTPS://WWW.DIRECTOALPALADAR.COM/](https://www.directoalpaladar.com/)