

Libreta: Legumbres
Creado: 25/03/2018 14:24
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/garbanzos-con-espinacas.html>

Garbanzos con espinacas

INGREDIENTES

400 g de garbanzos
300 g de espinacas
250 g de miga de pan
1 vaso de leche
1 cebolla
1 zanahoria
1 cabeza de ajo
2 huevos cocidos
Agua
Harina
1 huevo batido
Aceite
Sal
Perejil picado

PREPARACIÓN

De víspera deja los garbanzos a remojo.

Pon los garbanzos en agua hirviendo y sal.

Pica la zanahoria y la cebolla y échalos a la cazuela donde están los garbanzos. Deja cocer durante hora y media.

Pica finamente los ajos y ponlos en un bol junto con la miga de pan.

Añade la leche y el perejil picado y deja reposar.

Haz albóndigas con la miga de pan, pasa por harina y huevo y fríe en una sartén con aceite.

Limpia y trocea las espinacas. Añádelas a los garbanzos y cuece durante otros 2 minutos.

Pela y trocea los huevos cocidos en cuatro partes y échalos a los garbanzos.

Pon las albóndigas fritas en la cazuela y remueve.

Coloca lo que tenemos en la cazuela en una fuente y sirve.