

FRITTATA ALLE VERDURE

TEMPO DI PREPARAZIONE

20 minuti

INGREDIENTI

per due frittate grandi

- 250 gr di acqua
- 100 gr di farina di ceci
- 50 gr di farina tipo 2 (o quella che preferisci)
- un pizzico di curcuma
- sale
- una patata
- una carota
- un ciuffetto di broccolo
- un ciuffetto di cavolfiore
- olio per friggere

PREPARAZIONE

Versa in una ciotola le farine, l' acqua , la curcuma e un pizzico di sale. Mescola con una frusta.

Grattugia con la grattugia a fori grossi le verdure e versa nell' impasto.

Metti a scaldare l 'olio e quando è caldo versa metà impasto nella padella. Girala dall' altra parte quando si è formata la crosticina.

Continua finchè hai finito l' impasto.

Permalink: <https://veghissimo.wordpress.com/2015/01/29/frittata-alle-verdure/>