

Tarta de ricotta y brocoli



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 25min , Tiempo de cocción: 20min

Tiempo total: 45min , Número de porciones: 6

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/tarta-de-ricotta-y-brocoli>

Preparación

Cocinar los brócolis en agua salada hirviendo hasta que estén tiernos pero no demasiado blandos, escurrir y reservar. Picar el echalote. En una sartén calentar el aceite y freirlo, agregar el brócoli y saltear unos minutos. Salpimentar. Cortar el jamón en cuadraditos. Batir el huevo. En un bol grande mezclar la ricotta, el parmesano, el jamon cocido, las semilla de mostaza y el huevo batido, (si tienen una procesadora pueden mezclar todo ahí) añadir el brócoli y verter todo sobre la masa tapa de tarta ya preparada en un molde. Esparcir un poco de queso rallado arriba. Cocinar en horno precalentado por 15-20 min aproximadamente.

Ingredientes

- 1 Tapa para tarta
- 300 grs. Brócoli
- 250 grs. Ricota
- 1 Huevo
- 50 grs. Jamón Cocido
- 30 grs. Queso Parmesano rallado
- 1 Echalote
- 1 poco Aceite de oliva
- 1 cucharada/s Semilla de mostaza
- 1 poco Sal
- 1 poco Pimienta

Categorías

Un día normal, Reducida en calorías, Primavera, Verano, Otoño, Invierno, Todo el año, Económico, Lácteos y huevos, Vegetales, Comida para todos los días, Familia, Plato Principal



