

# Milanesa de Acelga

## Ingredientes:

- 400 gr de acelga cocinada bien escurrida
- 1 huevo
- 6 cucharadas soperas de salvado de avena
- Sal, pimienta a gusto
- Pan rallado cantidad suficiente



## Preparación

Mezclar en un bol la acelga bien escurrida con el huevo batido y condimentado.

Luego agregar el salvado de avena hasta formar una masa con cuerpo.

Formar bollitos medianos con la cuchara y darle forma con las manos.

Pasar por el pan rallado.

Colocar en sartén caliente lubricada con rocío vegetal.

Tapar y dar vuelta en 5´. Retirar con ayuda de una espátula.