

PATATAS RELLENAS CON QUINUA Y POLLO

Ingredientes:

- 5 cucharadas de quinua
- 5 patatas grandes cocidas
- 3 cucharadas de guisantes cocidos
- 3 cucharadas de zanahoria cocida
- 1 huevo duro
- 1 clara de huevo
- 1 ramita de cebolla blanca
- 1/2 taza de pollo cocido
- Sal y condimento al gusto

Preparación:

Hacer un refrito con la cebolla, sal y condimentos, agregar el pollo desmenuzado, los guisantes, la zanahoria picada, el huevo duro y la quinua cocida.

Vaciar cuidadosamente el centro de la patata y rellenar con el condumio. Bañar las patatas con la clara del huevo y hornear.



QUINUA

