

TORTITAS DE ZUCCHINI AL HORNO

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 30 minutos

Salen entre 12 a 16 tortitas

Ingredientes:

Para hacer las tortitas

- 2 zucchinis mediano rallados y escurridos
- 2 huevos
- 1 / 2 taza de queso parmesano rallado
- 1 / 2 cucharadita condimentos italiano
- Sal y pimienta al gusto
- 3 / 4 taza de harina de avena, 90 gr.
- Polenta o harina de maíz

Para hacer la salsa de hierbas:

- 1 / 2 taza de yogurt griego
- 1 / 2 cucharadita de ajo en polvo
- 1 / 4 cucharadita de cebolla en polvo
- 1 / 2 cucharadita de sal
- 1 / 2 cucharadita de perejil seco*
- 1 / 2 cucharadita de cebolleta seca*

Instrucciones:

1. En un recipiente pequeño, agregar todos los ingredientes de la salsa, mezclar bien y guardar en el refrigerador hasta que la vayas a usar.
2. Precalentar el horno a 400 F (200 C) y preparar un molde para hornear con papel pergamino y rociar un poco de aceite de oliva, dejar aparte.
3. En un recipiente grande agrega el zucchini rallado y escurrido y los huevos, mezclarlo bien.
4. Añade el queso rallado, la harina de avena, la sal, pimienta y las hierbas italianas, mezclarlo bien, hasta formar una masa espesa.
5. Con la ayuda de dos cucharas, ve formando las tortitas e ir colocándolas en el molde para hornear.



6. Espolvorear un poco de polenta o harina de maíz sobre cada tortitas y rociar un poco de aceite de oliva en spray.
7. Hornear por 30 minutos hasta que estén doraditas, sacar del horno, servir con la salsa, disfrutar y ser feliz!

www.unapizcadeluna.com