

BROWNIES DE BRÓCOLI Y QUESO FETA

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocción: 50 minutos

Salen 14 porciones



Ingredientes:

- 7 oz. (200 gr.) de floretes de brócoli
- 1 cucharadita de aceite de oliva
- 1/2 cebolla amarilla picada
- 1 1/4 taza de harina para todo uso, **ver nota**
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 cucharadita de sal
- 1 taza de leche de tu preferencia
- 2 huevos, ligeramente batidos
- 1/4 taza de aceite de oliva o el de tu preferencia
- 4 oz. (114 gr.) 1 taza de queso feta desmoronado, **ver nota**
- 4 oz. (114 gr.) 1 taza de queso mozzarella rallado

Instrucciones:

1. Precalentar el horno a 375 F (190 C), rociar o untar ligeramente con aceite de oliva un molde para hornear de tamaño mediano.
2. Hervir un poco de agua en una olla mediana, agregar los floretes de brócoli y 1 cucharadita de sal, dejar que vuelva a hervir y después de 1 minuto retirar el brócoli de la estufa, escurrirlo y colocarlo en una tabla para cortar, secar con papel toalla, cortar unas cuantas veces hasta que los floretes queden pequeños.
3. En la misma olla, calentar 1 cucharadita de aceite de oliva y saltear las cebollas durante 2 a 3 minutos a fuego medio alto. Retirar de la olla y dejar aparte.
4. En un recipiente grande, agregar la harina, el polvo para hornear y la sal, mezclar bien.
5. Incorporar la leche, los huevos y el aceite de oliva, mezclar bien. La masa debe quedar algo espesa. Si la masa está líquida, agregar más harina, 1 cucharada a la vez, hasta que espese un poco.

6. Añadir el queso feta y mozzarella, el brócoli y la cebolla cocidas, mezclar bien todo.
7. Transferir la masa en el molde para hornear, esparcirla uniformemente con una espátula, hornear durante 45-50 minutos o hasta que la parte superior esté dorada. Dejar enfriar durante 10 minutos en el molde y luego córtalo, ¡disfrutar y ser super feliz!

Notas:

*El queso feta lo puedes sustituir por queso fresco o queso seco cortado en cubitos o si no tienes acceso a este tipo de queso, puedes sustituirlo por más queso mozzarella agregando un poco más de sal, ya que el queso feta es más salado.

*La harina de trigo la puedes sustituir por harina de trigo sin gluten o harina de trigo integral o harina de almendras.

*La cantidad de brownies que te salgan, dependerá del tamaño que los cortes.