



Frittelle di miglio - [Visualizza sul sito](#)
di Cristina

Ricetta di mia cognata Mary

Piatto vegetariano



?250 gr di miglio
750 di brodo vegetale
1 uovo
3 cucchiaini di parmigiano
prezzemolo
2 cipolle
primosale

Tostare il miglio in un tegame con un po' d'olio.

In un'altro tegamino preparare 750 ml di brodo vegetale (io uso quello bio) aggiungere il brodo e far cuocere per 20 minuti. Lasciare raffreddare, quindi aggiungere l'uovo, il prezzemolo e il parmigiano; a parte far rosolare 2 cipolle quando sono ben dorate aggiungerle all'impasto.

Versare a cucchiaiate in teglia, farcire con fettine di primosale, ricoprire con altro impasto e mettere 20 minuti in forno a 180° Buon appetito.

[Vai alla discussione sul forum](#)