




1/1

Pasteles de pescado con quinoa

12-16 unidades



Tiempo: 

Preparación:
10 Mins



Tiempo de cocción:
25 Mins

Ingredientes:





- 300g de Quinoa blanca
- 60g de Pan duro
- 1 cebolla, pelada y cortada en cuartos
- 2 dientes de ajo
- 1 cucharada de cebollinos
- 4 cucharadas de perejil
- 325g de salmón en conserva
- 2 huevos batidos
- 1 cucharada de aceite de oliva virgen extra
- Condimento al gusto

Método:

Fase 1: Preparación

1. Coloca la pala de remover. 
2. Añade la quinoa al bol con el agua y la sal y pulsa el botón  inicio/pausa para empezar a cocinar. Ajusta el tiempo a 15 minutos.
3. Una vez finalizada la cocción, retira la pala de remover y reserva la quinoa en un bol aparte.



4. Coloca la cuchilla.  Añade el pan duro al bol y mantén pulsado el botón de triturar  durante un minuto.
Retira y reserva.
5. Añade la cebolla, el ajo y las hierbas al bol y pica durante 15 segundos pulsando el botón de triturar. 
6. Añade la quinoa, el salmón y el huevo al bol y pica durante 15 segundos pulsando el botón de triturar,  o hasta obtener una mezcla homogénea.
7. Añade el pan rallado a la mezcla de quinoa y pica durante 10 segundos más pulsando el botón de triturar.
8. Ayúdate de las manos para hacer 12–16 pasteles de unos 2 cm de grosor.
9. Calienta un poco de aceite en una sartén a temperatura media y fríe los pasteles de pescado durante 5 minutos por cada lado, o hasta que se doren.
10. Sirve con una ensalada fresca y patatas nuevas.