



# Albóndigas de zanahoria

Son ricas, son livianas, ideales para una picada, para un rico snack y también son una buena forma de lograr que los más peques coman vegetales!

## □ **Ingredientes:**

- 300 gr de zanahorias ralladas (aproximadamente 3 tazas)
- 100 gr de avena (aproximadamente 1 taza)
- 1 huevo
- 1 cebolla picada
- 1 cucharada de mostaza
- 1 cucharada de pasta de tomate o salsa de tomate
- 1 cucharadita de pimentón en polvo
- 2-3 cucharadas de pan rallado
- Sal y pimienta a gusto

## □ **Preparación:**

- 1- Es bien simple, colocar todos los ingredientes en un recipiente y mezclar bien hasta obtener una masa. Si quieren obtener una masa menos granulada pueden colocar todo en una licuadora o procesadora y mezclar allí.
- 2- Una vez lista la masa armar los bollitos con la mano y pasarlos por el pan rallado.
- 3- Se pueden hacer al horno tardan entre 15-20 min o si prefieren freírlas tardan unos 3 min en estar doradas.
- 4- Van con cualquier guarnición, les recomendamos acompañarlas con alguna salsita...quedan un amor!