

Bolinho de talos, folhas ou cascas

Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de talos, folhas ou cascas bem lavadas e picadas.
- 2 ovos
- 5 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 1/2 cebola picada
- 2 colheres (sopa) de água
- Sal a gosto
- Óleo para fritar

Preparo:

Bater bem o ovo e misturar o restante dos ingredientes. Fritar os bolinhos em óleo quente. Escorrer em papel absorvente. Podem ser usadas: talos de acelga, couve, agrião, brócolis, couve-flor, folhas de cenoura, beterraba, nabo, rabanete, ou cascas de chuchu.

Obs: No caso dos talos da couve, couve-flor e brócolis recomenda-se dar uma pré-fervura antes do preparo. Aproveitar esta água do cozimento dos talos para outras preparações (arroz, sopa).