

Lista de ingredientes para la receta Tartas saladas

Para la masa de Quinoa

- Aceite De Oliva 3 cdas.
- Harina integral fina 300 g
- Sal Una pizca
- Agua Cantidad necesaria
- Harina de quinoa 200 g

Para la tarta de Calabaza

- Cebollas 2 Unidades
- Huevos 3 Unidades
- Aceite De Oliva Cantidad necesaria
- Salsa Bechamel 200 g
- Sal y Pimienta A gusto
- Tomillo 1 puñado
- Calabaza 2 Unidad
- Queso Parmesano Rallado 150 g

Para la tarta provenzal

- Queso boconccino 350 grs.
- Hojas de Albahaca A gusto
- Semillas de Girasol Cantidad necesaria
- Queso Parmesano Rallado 400 g
- Aceite De Oliva Cantidad necesaria
- Tomates 4 Unidades
- Berenjenas grilladas 4 Unidades
- Zucchini grillado 3 Unidad