**Milanesas de calabaza veganas**

Para 4 comensales 30m Entrante Dificultad baja

**Características adicionales:** Coste barato, [Recomendada para veganos](https://www.recetasgratis.net/recetas-veganas), [Recomendada para vegetarianos](https://www.recetasgratis.net/recetas-vegetarianas), Al horno

**Ingredientes:**

* 500 Gramos de [Calabaza](https://www.recetasgratis.net/Calabaza-busqCate-1.html) larga
* ½ Taza de [Pan](https://www.recetasgratis.net/Pan-busqCate-1.html) rallado
* ½ Taza de harina de [Garbanzos](https://www.recetasgratis.net/Garbanzos-busqCate-1.html)
* ¼ Taza de agua (60 Mililitros)
* 1 Cucharadita de ajo en polvo
* 1 Cucharadita de [Cebolla](https://www.recetasgratis.net/Recetas-de-Cebollas-categ-5807_1.html) en polvo
* ½ Cucharadita de hierbas provenzales
* ½ Cucharadita de sal

**Pasos a seguir para hacer esta receta:**

**1**

**Pela la calabaza y córtala en rodajas** gruesas de aproximadamente medio centímetro de grosor.

***Truco:****Para este plato es mejor utilizar la calabaza larga para que las rodajas salgan bien y del mismo tamaño.*

**2**

Mezcla la harina de garbanzos con el agua en un bol batiendo con el tenedor hasta obtener la textura de un huevo batido, añade poco a poco la cantidad de agua que requiera la harina para obtener la textura deseada.

**3**

En otro bol **mezcla el pan rallado**, el ajo y la cebolla en polvo, la sal y las hierbas provenzales.

**4**

Pasa cada rodaja de calabaza primero por el bol con la mezcla líquida de harina de garbanzos y luego por el pan rallado.

**5**

Pon una sartén al fuego con un poco de aceite, deja que se caliente y fríe las **milanesas de calabaza veganas** hasta que se doren por ambos lados.

***Truco:****También puedes hornear las milanesas a 180 ºC durante unos 30 minutos.*

**6**

Coloca las [milanesas de calabaza](https://www.recetasgratis.net/receta-de-milanesas-de-calabaza-al-horno-57196.html) fritas en un plato con papel absorbente para retirar el exceso de aceite y sírvelas.

Se puede servir con un mojo verde de cilantro