

Col de piel de galápagos rellena de boniato, setas y calamares

Dificultad:

Nº de comensales: 1

/ Ingredientes

- 4 hojas externas de col de piel de galápagos
- 1 boniato grande
- 400 g de setas variadas
- 2 calamares tiernos
- 250 ml de caldo de verduras
- 2 granos de ajo
- Aceite
- Un poco de harina integral
- Piñones tostados al horno (opcional)

/ Preparación