

Albóndigas de ternera

Cocina en Video

Recetas sencillas pero muy sabrosas



En las albóndigas hemos añadido queso semicurado picado, que aportarán un toque jugoso. También podemos echar la salsa directamente sobre las bolitas sin haberlas pasado antes por la sartén, dándole 15 minutos en el horno a 200°C.

Dedicación : 10 minutos

Cocción :

10 min de freír las bolitas
10 min horneado en la salsa

Cantidad : 30 albóndigas

Ingredientes :

Para las bolitas de carne:

- 1 kg de carne de filetes de ternera (que nos la piquen en la carnicería)
- 4 huevos
- 2 dientes de ajo y perejil
- 60 g. de pan rallado
- Nuez moscada o pimienta
- 80 g de queso semicurado (opcional)
- Una pizca de Sal

Para la salsa:

- 1 cebolla
- medio pimiento rojo
- medio vasito de coñac o vino
- 1 bote de salsa de tomate 400 grs.

- 1 Para hacer las bolitas de carne:** Picamos en tacos finos ajo, perejil y el queso semicurado. En un recipiente batimos 4 huevos, echamos la carne picada y mezclamos. Incorporamos el ajo y perejil picados, mezclamos y espolvoreamos nuez moscada o pimienta y una pizca de sal mezclando de nuevo. A continuación añadimos el pan rallado en dos tandas, primero una mitad y mezclamos y luego la otra mitad y volvemos a mezclar. Debemos tener cuidado de no añadir demasiado pan rallado para evitar que nos salgan las albóndigas muy secas. Incorporamos el queso picado mezclamos y listo.
- 2** Vamos haciendo bolitas con la mezcla de carne, para ello cogemos un montoncito de carne del tamaño de una cuchara sopera, y vamos haciendo las bolas con las palmas de las manos y con movimientos circulares. Envolvemos las bolitas en harina y luego las freímos en aceite de oliva, vuelta y vuelta para que se cierre la carne y queden más jugosas. Las vamos repartiendo en una fuente de hornear.
- 3 Para la salsa:** Sofreimos en aceite de oliva durante 3-4 minutos, una cebolla y medio pimiento que hemos picado en tacos finos, añadimos el coñac o el vino y dejamos que se evapore. Finalmente incorporamos el tomate frito y dejamos que se integre todo un par de minutos a fuego medio. Esta salsa se puede usar así o también se puede triturar antes de echar en la fuente para que la salsa quede más fina.
- 4** Echamos la salsa sobre las albóndigas y horneamos durante 10 minutos a 200°C.

más recetas en

Cocina en Video.com