



Albóndigas en salsa de vino



Tiempo de preparación: 40 minutos



Raciones: 4

INGREDIENTES

- 700-800 g carne picada
- 1 cebolla
- 1/2 pimiento verde
- 1/2 pimiento rojo
- 3 cds salsa de tomate
- 1/2 vaso vino blanco para cocinar
- 2 vasos aprox. caldo de verdura
- 1 hoja de laurel
- 1 diente de ajo
- Perejil fresco
- Harina integral
- 1 huevo

PREPARACIÓN

1. En un bol mezcla la carne picada con huevo, perejil fresco y ajo bien picaditos. Integra bien. Haz las formas de las albóndigas y rebózalas en la harina.
2. Sella las albóndigas en una sartén a fuego fuerte. Reserva.
3. Corta las verduras y sofríe hasta que esté tiernas.
4. Añade la salsa de tomate y el vino. Deja reducir.
5. Añade el caldo de verduras y la hoja de laurel. Deja cocinar a fuego lento unos 10 minutos.
6. Añade tus albóndigas y cocina a fuego lento 5-10 minutos más. Puedes añadir más caldo de verduras si espesa demasiado la salsa.



609 567 839



Claricetas.es



claricetas