COCINANDOPORLAVIDA
Recetas paso a paso

Ver receta en la web



Albóndigas con salsa de tomate «de la yaya»

Receta para 17 albóndigas

Preparación: 20 min
Total: 45 min
Dificultad: Fácil

INGREDIENTES

- [ ] 500 gramos Carne picada mixta
- [ ] 1 unidad Huevo
- [ ] 1 chorrito Leche
- [ ] 400 gramos Tomate triturado
- [ ] 3 cdtas Azúcar
- [ ] 1 unidad Guindilla cayena
- [ ] 2 cdtas Comino
- [ ] 3 cucharadas Pan rallado con ajo y perejil
- [ ] 2 cdtas Ajo en polvo
- [ ] Harina de trigo
- [ ] Aceite de oliva virgen extra
- [ ] 1 cdta Sal
- [ ] 1 cdta Pimienta negra molida

PREPARACIÓN

1. Para comenzar con la receta, ponemos en un bol la carne picada y salpimentamos. Mezclamos bien.

2. Añadimos 1 huevo, mezclamos. Podemos ayudarnos de un tenedor o bien, de las manos bien limpias.

3. Seguidamente, añadimos el ajo en polvo, y pan rallado con el ajo y el perejil. En caso que tengamos pan rallado convencional, añadimos el perejil y el ajo bien picaditos. Mezclamos todo.

4. Incorporamos un chorrito de leche y el comino. Mezclamos de nuevo.

5. Una vez estén todos los ingredientes bien integrados, es momento de hacer las bolitas. Para ello, nos ayudamos de una cuchara y vamos reservando.

6. Preparamos una sartén con abundante aceite de oliva virgen extra para marcar las albóndigas. Lo ponemos a calentar a temperatura alta.

7. Mientras preparamos un plato con harina. Una vez tengamos hechas las albóndigas, las pasamos por la harina y las reservamos.

8. Cuando el aceite ya esté caliente las marcamos en el aceite durante unos 4 minutos. Solamente se trata de que se cocinen un poquito, en los siguientes pasos se terminarán de cocinar.

9. Pasados estos minutos, las pasamos a un papel absorbente para que absorba el aceite restante. Retiramos el aceite de oliva de la sartén y nos quedamos con el equivalente a solamente un cucharada.

10. Sin apagar el fuego, añadimos a la sartén el tomate triturado para que se cocine. Añadimos también el azúcar y la guindilla cayena entera sin romper para que le de un pequeño toque picante.

11. Seguidamente, incorporamos las albóndigas y las dejamos cocinar con la tapa puesta durante unos 10 minutos. A los 5 minutos será necesario darles un poco la vuelta y ya estarán listas.

12. Antes de servir, retiramos la guindilla cayena de la sartén para evitar comérnosla.

13. Servimos y listas para comer! ¡Qué aproveche!