

ALBONDIGAS DE CARNE EN SALSA ESPAÑOLA



INGREDIENTES

500 g carne picada de ternera
1 diente de ajo muy picado
1 cucharadas soperas de pan rallado
Leche
Perejil picado
1 huevo
Un chorrito de vino blanco o Jerez
Harina
Sal y pimienta

SALSA:

1 cebolla
1 zanahoria
1 diente de ajo
1 tomate picado sin piel ni pepitas
1 pimiento verde
Caldo de carne (Ver receta)
100 g vino blanco
100 g guisantes

MODO DE HACERLO

Mezclar la carne, el pan, la leche, el huevo, el ajo, el perejil y el chorrito de vino blanco. Sazonar. Formar bolitas con la mezcla y pasar por harina. Freír hasta que se doren, pero quedando crudas por dentro. Reservar.

SALSA:

Pelar la cebolla y la zanahoria. Trocear junto con el pimiento. En una cazuela rehogar con un poco de aceite y una pizca de sal. Dejar dorar y añadir el ajo pelado y picado, rehogar unos minutos. Agregar el tomate y dejar cocer hasta que se evapore todo el agua que suelte. Desglasar con el vino y cocer hasta que se reduzca a la mitad. Incorporar el caldo y seguir cociendo unos minutos más.

Triturar con una máquina de cuchillas y pasar por un colador (opcional). Añadir las albóndigas y los guisantes. Cocer todo junto unos 10 minutos, dependiendo del tamaño de las albóndigas.

VARIANTES:

Emplear distintos tipos de carnes (caza, aves, cerdo, añojo) e incluso mezclándolas entre sí. La mezcla se puede aromatizar añadiendo un rehogo de cebolla, setas... o incluso un poco de sopa de cebolla de sobre.

La salsa de las albóndigas se puede hacer con distintas verduras, aromatizarla con champiñones o setas, con vinos dulces...

Las albóndigas se pueden acompañar con otras guarniciones: patatas fritas, arroz, pasta... También se pueden hacer dentro de una salsa de tomate frito.

La variedad de “albóndigas chinas” son las que se cuecen dentro de un caldo.

CONSERVACIÓN:

Dentro de la salsa las albóndigas se conservan 3 - 4 días en nevera y admite congelación de 3 meses.