Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Albóndigas en salsa de champiñones

1h · 10 raciones · 528 kcal

Ingredientes

- **1,500kg** de carne picada (pechuga de pollo y cerdo)
- **200gr** de queso parmesano (100gr para la masa)
- **120gr** de cebolla dulce en brunoise
- **3**-4 ramitas de perejil en brunoise
- **2** huevos batidos
- **120gr** de pan rallado
- **2** puerros cortados en brunoise
- **9** champiñones frescos grandes cortados en brunoise
- **2 cucharadas** de harina
- **800ml** de agua
- **2** pellizcos de pimienta molida
- **80gr** de aove y un poco más para poner a las albóndigas por encima

Elaboración

1. En un bol ponemos la carne picada y agregamos la cebolla, perejil, huevos, pan rallado, queso (100gr) y mezclamos muy bien.
2. Precalentamos el horno a 180 grados.
3. Ponemos papel vegetal sobre la bandeja de horno, vamos formando las bolitas y colocando sobre el papel.
4. Una vez las tengamos todas listas, añadimos un chorrito de aove y llevamos 20 min. al horno a 180 grados.
5. Retiramos del horno y reservamos.
6. En una cacerola ponemos el aove, puerro, champiñones y pochamos a fuego medio unos 15-20 min.
7. Agregamos la harina, tostamos unos 3 min, incorporamos el agua, el queso restante y cocinamos unos 8 min. más a fuego medio.
8. Vertemos el contenido de la cacerola en el vaso de la batidora, trituramos y agregamos la salsa a las albóndigas, cocinamos unos 5 minutillos más y ya estarían listas para disfrutar.
9. Podemos calentarlas también en el horno unos 5 min. a 180 grados.

POR RACIÓN | **40 g** Proteínas | **34 g** Grasas | **17 g** Hidratos | **1,5 g** Fibra

Hecho con CookNest