Albóndiga de pollo



Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Para la Salsa

Ajo: 2 Dientes
Menta: 1 Rama
Jugo de Limón: 1 Unidad
Arvejas cocidas: 200 Gramos
Cebolla: 1 Unidad
Ralladura de limón: 1 Unidad
Vino Blanco: 100 Centímetros cúbicos

Para las albóndigas

Pechugas: 2 Unidades
Sal y Pimienta: A gusto
Migas de pan: 200 Gramos
Perejil: Cantidad necesaria
Semillas De Hinojo : 1 Cucharada
Huevo: 1 Unidad

Preparación de la Receta

- Cortar las pechugas en cubos y procesar junto a las semillas de *hinojo*, miga de pan en cubos, *huevo*, sal y pimienta hasta formar una pasta
- Agregar *perejil* picado, volver a procesar 1 minuto y con las manos húmedas dar forma a las albóndigas

Para la Salsa

- Calentar sartén con aceite de oliva y perfumar con *ajo* machacado por 1 minuto
- Agregar *cebolla* picada, rama de *menta* y cocinar hasta tiernizar
- Añadir ralladura y *jugo* de *limón*, las albóndigas y dorarlas por sus lados.
- Una vez dodradas incorporar vino blanco, mezclar, tapar y cocinar por 10 minutos aprox (hasta cocinar pollo)

- Agregar arvejas , calentar bien y servir con *arroz* blanco

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/albondiga-de-pollo