Albondiguitas en salsa agridulce con omelette de espinaca y queso



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Albóndigas

Carne picada: 500 g
Huevo: 1 Unidad
Sal y Pimienta: A gusto
Aceite: 3 cdas.
Harina: 1 cda.
Salsa Ketchup: 2 cdas.
Perejil picado: 1 cda.

Omelette de espinaca y queso

Manteca: 60 g
Harina: 1/2 cda.
Queso rallado: 3 cdas.
Espinaca picada: 1 Taza
Ajo: 1 Diente
Huevos: 3 Unidades
Sal y Pimienta: A gusto
Leche: 3 cdas.

Salsa

Cebolla: 1 Unidad
Azúcar Negra: 3 cdas.
Miel: 2 cdas.
Tomate: 1 Unidad
Aceite: 4 cdas.
Almidón de Maíz: 1 cda.
Salsa de soja: 1 cda.
Agua: 1/2 Taza
Sal y Pimienta: A gusto
Vinagre de vino: 4 cdas.

Preparación de la Receta

Albóndigas

- En una fuente disponga la carne picada, el *huevo*, sal, pimienta, *perejil* picado, salsa *ketchup* , *harina* y mezcle muy bien
- Forme pequeñas albóndigas y páselas por *harina*.
- En una sartén con aceite caliente dore las albóndigas y termine la cocción den la salsa.

Salsa

- Pique la *cebolla* y el *tomate*.
- Pele el *tomate*, retire las semillas y pique finamente.
- En una *cacerola* con el aceite dore la *cebolla* picada.
- Añada la miel, el azúcar y mezcle hasta alcanzar textura de *almíbar*.
- Integre el *tomate* picado, el *vinagre*, la salsa de soja, sal, pimienta y el almidón disuelto en el agua.
- Mezcle bien y deje cocinar durante 10 minutos sobre fuego bajo
- Incorpore las albóndigas doradas y deje cocinar 10 minutos más.

Omelette de espinaca y queso

- En una *cacerola* con la mitad de la *manteca* dore el *ajo*.
- Añada la **espinaca** picada, sal, pimienta y deje cocinar durante 3 minutos.
- Bata los huevos con la leche, la *harina*, sal y pimienta.
- En una sartén caliente con la mitad de la *manteca* añada la preparación de huevos y deje cocinar hasta que se despegue de la base.
- Cubra con la *espinaca* cocida, espolvoree con queso rallado y doble hacia el centro cubriendo la *espinaca*, espolvoree con queso rallado y termine la cocción.

Presentación

- En el costado de una fuente sirva las albóndigas con la salsa y de lado la omelette.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/albondiguitas-en-salsa-agridulce-con-omelette-de-espinaca-y-queso