

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 con 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>