Pan de Carne

Tiempo de preparación: 90 Min

Ingredientes

Ensalada

Choclo en grano c: cantidad necesaria
Hojas de menta: Cantidad necesaria
Espinaca: Cantidad necesaria
Tomate Cherry: Cantidad necesaria

Pan de carne

Carne picada: 700 g
Huevo: 1 Unidad
Aceite: 1 Chorrito
Laurel: 2 Hojas
Nuez Moscada: 1/2 cdita.
Ketchup: 1/2 Taza
Morrón: 1 Unidad
Cebolla: 1 Unidad
Comino: 1 cda
Pimienta: Cantidad necesaria
Sal: Cantidad necesaria
Leche: 1/2 Taza

Vinagreta

Pimienta: Cantidad necesaria
Sal: Cantidad necesaria
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Limon: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

Pan de carne

- Sobre una tabla, picar la *cebolla* y el *morrón* rojo
- En una olla, *saltear* ambos ingredientes y salpimentar a gusto.
- Agregar el *ketchup*, la leche, el *comino*, el *laurel*, la nuez moscada

- Volver a salpimentar y mezclar
- Continuar cocinando a fuego mínimo, hasta que rompa el hervor
- Retirar del fuego y dejar entibiar.
- En un bol, mezclar la carne picada junto con el *huevo*
- Salpimentar y amasar con las manos.
- Añadir la mezcla tibia a la carne y unir con las manos.
- Aceitar un molde de budín inglés y *rebozar* con pan rallado
- Rellenar con la preparación y llevar al horno a baño maría hasta que la carne se cocine
- Retirar, dejar entibiar, desmoldar y cortar en rodajas
- Reservar.

Ensalada

- En un bol, mezclar hojas de *espinaca*, tomates cherry cortados en mitades, granos de *choclo* y hojas de *menta* picadas
- Reservar.

Vinagreta

- En un frasco, mezclar 1 parte de *jugo* de *limón* con 3 partes aceite de oliva
- Salpimentar, tapar y mezclar bien.

Armado

- *Condimentar* la ensalada con la vinagreta y servir acompañando el pan de carne.

- Recuerda que, a la hora de cocinar, siempre es mejor que los huevos estén a temperatura ambiente.
- Utiliza tomates cherry en racimo, que resultan mucho más jugosos y sabrosos.

Para m&aacute

- S recetas tan deliciosas como ésta, no te pierdas el nuevo programa "Recetas de Familia", de Marcela Lovegrove.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pan-de-carne-receta-de-familia