



Albóndigas de pavo

Carne picada de pavo: 500 g
(preferiblemente pechuga o mezcla)

1 Huevo

Pan rallado

Leche

1 Cebolla dulce

Perejil fresco: Unas ramitas picadas

Sal y pimienta negra: Al gusto

Harina: Para rebozar

Tomate triturado: 800 g

2 Dientes de Ajo

Aceite de oliva virgen extra

Sal

1-En un bol grande, mezclamos la carne picada de pavo con el huevo, el pan rallado, un cuarto de cebolla rallada, perejil, sal, pimienta y un chorrito de leche. Removemos bien hasta que todo esté integrado.

2- Con las manos ligeramente húmedas, tomamos porciones de masa y hacemos bolitas. Las pasamos ligeramente por harina. En una sartén con un fondo de aceite de oliva, las doramos a fuego medio-alto por todos lados (solo para sellarlas, no necesitan cocinarse del todo por dentro). Las sacamos y reservamos.

3- En otra cazuela o en la misma sartén retiramos el exceso de aceite, sofreímos la cebolla (rallada) y los dos ajos bien picados a fuego medio hasta que estén tiernos. Vertimos el tomate triturado, añadimos una pizca de sal. Cocina la salsa a fuego medio-bajo durante unos 12-15 minutos para que coja sabor.

4- Incorporamos las albóndigas a la salsa de tomate. Bajamos el fuego, tapamos la cazuela y dejamos que todo junto se cocine durante unos 10 o 15 minutos más. Así terminarán de hacerse por dentro y absorberán todo el sabor de la salsa.