



### 3. PASOS

#### PREPARACIÓN PARA LA SALSA DE LA ALBÓNDIGA

**3.1** Se coloca en la licuadora y licua los siguientes ingredientes:

- \* 2g de ajo
- \* 25g de cebolla
- \* 20g de perejil
- \* 2g de sal marina
- \* 250g de miga pan-harina de trigo
- \* 2 huevos de gallina
- \* 1g de pimienta

**3.2** Se alista la carne para formar las albóndigas

**3.3** En el recipiente plástico se coloca 500g de carne molida

**3.4** Se le adiciona 1g de sal a la carne molida

**3.5** Se mezcla por 5 minutos la carne y la sal, hasta que quede uniforme la mezcla

**3.6** Se utiliza un molde de 10cm para darle forma y sacar las porciones en igual medida

**3.7** En una olla se colocan las porciones de albóndiga una a una, después les vierte la salsa dentro de la olla, se tapa y se pone a fuego lento por 20 minutos.

**3.8** Luego de haber pasado los 20 minutos se sirve y queda una deliciosa albóndiga con salsa de pisto.



### 1. INGREDIENTES PARA PREPARAR LA ALBÓNDIGA Y SU SALSA

- \* 500g de carne molida
- \* 2 huevos de gallina
- \* 25g de cebolla
- \* 2g de dientes de ajo
- \* 20g de perejil
- \* 250g de miga de pan-harina de trigo
- \* 3g de sal marina
- \* 1g Pimienta

### 2. UTENSILIOS

- \* Una Olla de dos litros
- \* Un Sartén de 26cm
- \* Una Licuadora
- \* Un Cuchillo
- \* Un tenedor de madera
- \* Un Salero
- \* Una Aceitera
- \* Kit de utensilios: (pinza de madera, cucharón)
- \* Recipiente plástico para la carne
- \* Molde de 10cm