

Ingredientes

Carne picada mezcla: 500g

Pan de molde: 1

Huevo: 1

Calabaza: 350g

Pastilla de curry: 1

Pimienta

Ajo: 1

Leche: 60ml

Cebolla: 1

Caldo de verduras: 350ml

Sal

Aceite

Instrucciones

- Quitar la corteza del pan de molde, cortar en cubos, añadir la leche y dejar hidratar 10 min
- En un bol, salpimentar la carne y añadir el pan hidratado, el ajo rallado y el huevo e integrar bien
- Para que la masa coja consistencia, lanzar unas 10 veces contra el bol
- Bolear las albóndigas
- Marcar en una olla con aceite a fuego alto y retirar
- Picar la cebolla y la calabaza y sofreír en la olla con una pizca de sal
- Añadir el caldo de verduras, integrar bien la pastilla de curry y cocinar tapado a fuego medio 15 min
- Triturar lo de la olla, reintroducir las albóndigas y cocinar 10 min