



Albóndigas Mola

Mola Köfte



500 gramos carne molida
3 rebanadas de pan rancio
1 cebolla grande
7 - 8 tallos de perejil
1 1/2 cucharadita de sal
1/2 cucharadita de pimienta negro
4 patatas medianas
4 tomates medianos
4 pimientos banana
1 cucharada de pasta de tomate
1 1/2 vaso de agua
1/2 vaso de aceite de girasol

- # Mezclar el pan rallado con rodajas de cebolla, hasta que la rebanadas de pan pierde su forma.
- # Añada sal, pimienta negro y carne molida en el mismo. Después amasando la mezcla durante 5 minutos más, añadir el perejil finamente en rodajas en la mezcla y amasar por un tiempo más.
- # Refrigere la mezcla en la capa más baja de la nevera durante media hora por lo menos. Mientras tanto, hacer el resto de los procesos.
- # Pelar las patatas y el tramo como papas fritas. Quitar las semillas de los pimientos y la ranura en 2 piezas. Cortar los tomates en 4 pedazos también. Ponga aceite de girasol en una sartén y caliente. Luego, agregue la papa, tomate y pimiento en el aceite, respectivamente. Sofría hasta que la mezcla de los colores de los ingredientes un poco los cambios. Luego colocarlas sobre papel toalla para quitar el aceite extra.
- # Pick nogal pequeñas piezas de la refrigeración albóndigas "mezcla y la forma como los dedos.
- # Fry las albóndigas en el aceite, que usted frito antes de las verduras, hasta el color de las albóndigas cambios. Luego colocarlas sobre papel toalla para quitar su petróleo extra.
- # Añadir la pasta de tomate y 1+1/2 vaso de agua en el mismo aceite, y mezclarlo. Coloque el albóndigas sobre el terreno y colocar las verduras en los albóndigas. Vierta la mezcla de pasta de tomate en todo el hortalizas. Cocinar la comida a fuego medio durante unos 15-20 minutos.
- # Servir caliente.

Nota: Mola y albondigas Izmir albondigas son muy similares, pero diferentes recetas.