



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

Albóndigas con Orzo

Şehriyeli Köfte



500 gramos carne molida, normal grasos
1/3 vaso de orzo
1 cucharada de aceite de oliva
1/2 vaso de cebolla rallada
2/3 de vaso de agua
1 cucharadita de pasta de tomate
1 rebanada de pan rancio
4 tomates medianos
1/2 cucharadita de pimienta negro
1 cucharadita de sal

Hervir la orzo en primera. Ponga la cebolla rallada en una olla pequeña, agregue 2/3 de vaso de agua, 1 cucharada de aceite de oliva y 1/2 cucharadita de sal en ella. Añadir orzo en ella también, cocinar la mezcla sobre fuego lento, hasta que la mezcla absorbe el líquido totalmente, por la agitación que cada cierto tiempo.
Después de enfriar la mezcla de orzo, ponerla en un tazón. Agregar carne molida, pasta de tomate, rodajas de Brad rancio, negro pimienta, 1/2 cucharadita de sal en ella. Amasar la mezcla, hasta que smoothens totalmente.
Refrigerar la mezcla durante 2 horas como mínimo. Al final del tiempo de refrigeración, recogida 1 y media piezas de nogal de tamaño de la mezcla. Rollo en pelotas.
Coloque el preparado albóndigas a la bandeja de hornear engrasada. Q poner los piojos de tomate sobre cada uno de los albóndigas. Coloque la bandeja en el horno, que es calentada a 190 C. Hornear ellos, hasta que los trozos de tomate rojo a su vez, y perder su forma.
Servir caliente.

Nota: Las rebanadas de tomate en los albóndigas, impide que el orzo en el albóndigas de secado durante la cocción.