



CARNES

ALBÓNDIGAS CARIBEÑAS

INGREDIENTES:

- 1/2 Cucharadita de chile en polvo
- 1/2 Cucharadita de sal
- 1 Cebolla grande
- 1 Libra de carne de res picada
- 1 Pimiento verde grande
- 2 Cucharadas de salsa de tomate
- 3 Cucharadas de migas de pan
- 3 Cucharadas de perejil picado
- 5 Cucharadas de leche
- 6 Cucharadas de coco rallado
- Aceite para freír
- Pizca de pimienta negra

PREPARACION:

- Pon la carne picada en un recipiente.
- Remoja las migas de pan en leche unos 15 minutos.
- Pela y corta la cebolla muy finita.
- Enjuaga el pimiento verde, quítale las semillas y membranas interiores, y córtalo en pedacitos.
- Añade sal y pimienta a la carne picada.
- Agrega el chile en polvo y 3 cucharadas de coco rallado.
- Añada la cebolla, el pimiento, el perejil, las migas de pan y la salsa de tomate.
- Mezcla bien con las manos.
- Divida la carne en 12 partes iguales y forma pequeñas albóndigas.
- Pásalas por el coco rallado.

Chef Pepin



Recetas del Chef Pepin

Calienta el aceite en una sartén y dora las albóndigas por toda su superficie, cocinándolas de 7 a 9 minutos hasta que estén listas para servir.