



Albóndigas Rellenas con Revuelto de Zucchini

Ingredientes:

Carne Picada

200 gr.

Cebolla picada

¼ de unidad.

Zanahoria rallada

¼ de unidad.

Provenzal

1 cucharadita

Harina

1 cucharadita

Huevo

1 unidad

Pan Rallado

2 cucharadas

Jamón cocido

1 feta

Queso de maquina

1 feta

Roquefort

2 cucharadas

Sal y Pimienta

a gusto.

Zucchini

1 unidad.

Cebolla

½ unidad. .

Huevo

1 unidad

Procedimiento:

Mezclar la carne picada, con la zanahoria rallada, la provenzal, la harina, el huevo, el pan rallado y salpimentar a gusto.

Amasar esta preparación en forma enérgica por 2 minutos hasta obtener una mezcla homogénea.

Dividir la carne en cuatro partes iguales.

Aparte mezclar el huevo con el pan rallado, el jamón picado y el roquefort pisado.

Envolver esta preparación en la feta de queso y cortar cuatro partes iguales de relleno.

Dar forma esférica colocando una parte del relleno en el centro de cada albóndiga.

Colocar en uno de los compartimentos del MultiCocción.

En el otro poner el Zucchini con la cebolla cortados en cubos de 1cm. salpimentar y tapar.

Cocinar a potencia máxima por 4 minutos.

Al finalizar retirar del microondas destapar y agregar el huevo batido y salpimentado al zuchini.

Revolver, tapar y volver a llevar al microondas por 1 minuto más a potencia máxima.

