

Albóndigas de Pavo con Salsa de Arándanos



Sirve:

20 raciones de 3 albóndigas cada una (60 albóndigas en total)

Pieza:

3 Qt./2.8 L Sauce Pan with Cover

5 Qt./4.7 L Multi-Purpose Oil Core

large mixing bowl

Valora: ★★★★★

[Agregar un Comentario](#)

Descripción de la Receta:

El contraste de sabores dulces y amargos que la salsa de arándanos y el chucrut aportan a este delicioso plato deleitará el paladar de tus invitados y te colmará de elogios. También es la receta perfecta para introducir un cambio al típico plato de espaguetis familiar.

Albóndigas

907 gramos
de carne de pavo molida sin grasa
(2
libras)
1 sobre de sopa de cebolla
120 gramos
de pan rallado
(1
taza)
1 huevo

Salsa

480
mililitros de ketchup (2 tazas) 480
mililitros de agua (2 tazas) 73
gramos de azúcar (½ taza) 397
morena 397
gramos de salsa de (14 onzas)
arándanos
gramos de (14 onzas)
chucrut

Preparación :

1. En un bol grande, combina todos los ingredientes de las albóndigas. Usa una cuchara para servir helado o una cuchara para igualar el tamaño de las albóndigas. Pon la carne en la palma de tus manos y dale forma. Coloca las albóndigas en la MP5.
2. Pon en una cacerola a fuego medio todos los ingredientes de la salsa y tapa. Cuando la Vapo-Valve™ haga clic, reduce la temperatura al mínimo y cocina a fuego lento durante 10 minutos.
3. Vierte la salsa sobre las albóndigas, ajusta el control de temperatura a una temperatura de 95°C/200°F y pon el

tiempo a 1 hora.

4. Sirve con palillos o tenedores de aperitivo.

Consejos:

- Se puede utilizar cualquier tipo de carne picada para hacer las albóndigas.
- Si utilizas la MP5 para servir las albóndigas, pon la temperatura a 65°C/150°F para mantener el calor.
- Haz tu propio pan rallado: Coloca el pan sobrante de las comidas en un procesador de alimentos. Guarda el pan rallado en una bolsa Ziploc en el congelador. Puedes ir agregando a esta bolsa las sobras de pan de cada comida (no metas panes dulces). Cuando una receta te pida pan rallado, mide la cantidad y añade hierbas al gusto.
- Esta receta se convierte fácilmente en un plato principal añadiendo arroz blanco, quínoa o pasta. Acompáñalo de una ensalada y tendrás una deliciosa cena.

Información nutricional por ración

Calorías:	154
Grasa Total:	1g
Grasa	0g
Saturada:	
Colesterol:	30mg
Sodio:	1052mg
Carbohidratos:	27g
Fibra	1g
Dietética:	
Azúcar:	20g
Proteína:	10g