



Mini almôndegas de carne com puré de batata e bróculos



Categoria
Carne



Tempo de preparação
Rápido



Dificuldade
Fácil



Custo
Seleccionar



Com quem?
Com a família



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes



50ml Gallo Azeite Virgem Extra

- 600gr de carne de novilho picada
- 50gr de cebola picada
- 5gr de alho picado
- 150gr de tomate pelado
- 1,7kg de batatas
- 400gr de bróculos
- Sal e pimenta a gosto
- Salsa a gosto

1

Comece por temperar a carne com sal e pimenta.

2

De seguida, faça pequenas bolas de carne e coloque num tabuleiro.

3

Aqueça uma frigideira larga com metade do Azeite Gallo Virgem Extra e coloque as pequenas almôndegas para corarem em volta.

4

Depois de coradas, junte o alho e a cebola e deixe refogar cerca de 2 a 3 minutos.

5

Deite o vinho branco e deixe que o álcool evapore.

6

Junte o tomate em pedaços e retifique temperos. Tape e deixe cozinhar por 10 minutos em lume baixo, mexendo ocasionalmente.

7

Descasque as batatas e leve-as a cozer em água e sal.

8

Depois de cozidas, escorra-as e passe-as pelo passavite. Tempere com sal, pimenta e o restante Azeite Gallo Virgem Extra.

9

Corte os bróculos em pequenas "árvoreszinhas" e coza em vapor.

10

Sirva com salsa picada por cima das almôndegas.



Dicas do Chef

Esta é uma receita muito divertida para fazer com as crianças - experimente envolvê-las, atribuindo tarefas, e divirtam-se!

Produtos utilizados



Virgem Extra
Azeite Virgem Extra

Veja também

Carne Rápido Fácil

Pizza de presunto com rúcula

Carne Médio Fácil

Salada de entrecôte com arroz vermelho, manga e tomate

Carne Médio Fácil

Espetadas de frango com molho de amendoim

Carne Demorado Fácil

Perna de cabrito em crosta de ervas

Carne Demorado Fácil

Perna de borrego no forno com chalotas e cogumelos



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide