

Albóndigas de Pavo con Setas

Para que queden más jugosas estas albóndigas en preferible utilizar contramuslo o muslo de pavo (puedes utilizar también pollo) y picarlo con el accesorio picador de la batidora. Si no tienes, a cuchillo, lo más fino posible (en este último caso deberás añadir una clara para ayudar a unir la masa). Recuerda que la harina de setas se hace triturando setas deshidratadas (en herboristerías y tiendas gourmet también se vende).



INGREDIENTES:

- 300g contramuslo de pavo picado
- 150g Champiñones
- 75g Setas shitake frescas o 25g deshidratadas
- 1 Cucharadita ajo en polvo
- 1 Cucharadita tomillo seco
- 2 Cucharaditas harina de setas (boletus o shitake preferiblemente)
- 100g Cebolla
- 60ml Vino blanco
- ½ L Caldo de ave, de verduras o agua
- 1 Cucharadita piñones (opcional)
- 2 Cucharadas de aceite
- C/s sal (al gusto)

2

Raciones

ELABORACIÓN:

1. Si utilizas setas deshidratadas deberás hidratarlas 30 minutos en agua caliente si son enteras y 5-10 minutos si son laminadas.
2. Limpiar las setas, un tercio de los champiñones picarlos muy pequeños y el resto laminar.
3. En un bol mezclar la carne picada, con el ajo, sal, tomillo, champiñones picados (unos 50g), piñones y la harina de setas. Amasar hasta que quede homogénea la mezcla (si utilizas pechuga o has picado la carne a mano añadir una clara también)
4. Formar 10 albóndigas de tamaño similar. Reservar.
5. En una olla sofreír la cebolla en juliana con el aceite, cuando esté transparente añadir los champiñones y las setas, rehogar hasta que reabsorban sus jugos.
6. Adicionar el vino blanco y dejar evaporar.
7. Agregar el caldo (o agua de hidratar las setas) y llevar a ebullición.
8. Añadir las albóndigas poco a poco sin que el caldo deje de hervir, de esta forma no se desaceran durante su cocción.
9. Reducir el fuego y cocinar durante 30-45 minutos.
10. Si quieres espesar la salsa coge unas pocas setas con caldo, tritúralas y adiciona nuevamente