

Receta de Albóndigas de Calabaza y Setas al Horno

14 Ene 2019



Buenos días a tod@s, para hoy os propongo hacer estas ricas **Albóndigas de Calabaza y Setas**, seguro que l@s amantes de la Verdura disfrutarán de este rico plato, además es una estupenda receta para que los pequeños de la casa tomen verdura.

Ingredientes

- Calabaza limpia (unos 400 grs)
- Clara de huevo (una o dos)
- Pan rallado (una o dos cucharadas)
- Setas (200 grs)
- Cebolleta (una)
- Perejil (una ramita)
- Aceite de oliva
- Sal

Modo de Preparación

1. Cortar la calabaza en daditos y ponerla en una fuente para horno, tapar con papel de aluminio
2. Precalentar el horno a 200°
3. Meter la calabaza y cocerla sobre 30 minutos
4. Lavar las setas y escurrirlas bien, picarlas en trocitos pequeños
5. En una sartén poner un poquito de aceite de oliva y refreír la cebolla picadita, añadir las setas y un poco de sal, dejar cocer unos diez minutos
6. Aplastar la calabaza con un tenedor y mezclar con las clara de huevo, las setas y la cebolla, el perejil picado, un poco de sal y el pan rallado, mezclar todo bien
7. Formar las albóndigas y envolver de una en una en papel de horno humedecido
8. Cocerlas en el horno a 175° durante unos veinte minutos
9. Servirlas acompañadas de alguna salsa o con una ensalada y....buen provecho!!!