

El secreto para que las albóndigas no se te desarmen en la cocción y te salgan más sabrosas

03/10/2024



Las albóndigas son uno de los platillos más versátiles y recurrentes que tenemos dentro de nuestra cultura gastronómica, ya que se adapta muy bien como acompañamiento de diversas comidas como las pastas, ensaladas, papas fritas e incluso queda increíble en sándwich estilo hamburguesa. Por ello, te contamos un truco secreto para que al hacerlas no se te desarmen y adquieran más sabor y jugosidad.

La preparación original de este plato se hace con carne molida, pero con los años la gente fue probando nuevas combinaciones que le aportaron más sabor y variedad, a la degustación Hoy en día, algunos prefieren seguir usando este tipo de corte, mientras que otros optan por alternativas como el pollo o la soja texturizada para hacerlas.

Así, si sos de los tradicionales que se quedan con las **recetas** más clásicas y a su vez, estás buscando economizar tus gastos en la cocina, tenés que aprovecha esta receta con carne molida . A continuación te dejamos tips para que las albóndigas no se desintegren en la cocción y una receta para que salgan perfectas, tomá nota y no te la pierdas.

¿Cuáles son los trucos y secretos para que las albóndigas no se desarmen y queden más suaves?

Para lograr que las albóndigas no se integren cuando las cocinás y queden jugosas, tenés que evitar picar demasiado la carne. De este modo, si la cortás en exceso, las bolitas pueden quedar demasiado compactas y perderán así la textura tierna que tanto nos gusta, en muchos casos adquiriendo una consistencia dura y a veces apelmazada, no agradable al paladar.

Por su parte, otro truco para que queden excelentes es elegir un pan fresco, mojar la miga en leche y mezclarla bien con la carne. Esto les dará una textura más esponjosa y las ayudará a mantener su forma durante la cocción, si con frecuencia utilizas pan rallado para este tipo de preparaciones, te contamos que no es tan recomendable, ya que puede secar la degustación, dejando su textura más fácil de quebrar.

El ajo y el perejil son dos aliados infaltables en la receta, no solo porque le suman mucho sabor a las albóndigas, sino que también te ayudarán a evitar el exceso de sal y de condimentos secos que absorberían la humedad de la carne, brindándole aún más sabor al delicioso bocadillo.

Finalmente, para que les queden tiernas por dentro y doraditas por fuera, se recomienda cocinarlas siempre a fuego medio, debido a que si las preparás con la hornalla alta correrás el

riesgo de que se sequen con facilidad y posteriormente se desarmen antes de servirlos. También se aconseja agregarle un poco de harina para evitar la separación de los componentes.



Ingredientes:

- 500 gramos de carne molida
- 1 zanahoria grande
- 2 Huevos
- Pan fresco
- 2 dientes ajo
- 2 cucharadas perejil picado
- Harina c/n
- Sal y pimienta a gusto

Preparación:

-En un bowl, mezclá la carne molida con zanahoria rallada, ajo, perejil, huevos, sal y pimienta. Amasá bien, apretando la mezcla entre los dedos para que se integren bien todos los ingredientes. Dejar reposar la preparación durante 10 o 15 minutos para que se resalten los sabores.

-Después de que la mezcla haya descansado, formá las albóndigas con las manos. El truco para que no se desarmen al cocinarlas es presionar bien entre las palmas antes de darles forma.

-Pasalas ligeramente por un poco de harina o mezclalas con miga de pan mojada en leche, lo que les dará una textura más esponjosa al cocinarlas. Podés prepararlas en salsa, hornearlas o freírlas para acompañar cualquier plato, dejalas hasta que se doren y listo para disfrutar.

Fuente: Crónica