



Puedes ver el vídeo en nuestra página web www.glotonessingluten.com, en nuestro canal de youtube o en el siguiente link: <https://www.youtube.com/watch?v=arjfwjTwiQ>

Ingredientes:

4 raciones

- 500 gr. de carne picada de ternera
- 100 gr. de harina sin gluten
- 50 gr. de jamón muy picadito
- 1 huevo
- 2 rebanadas de pan sin gluten
- 1 cebolla
- 2 ajos
- ½ vaso de vino blanco (100ml)
- ½ vaso de leche (100ml)
- Aceite de oliva
- Sal
- Sal de cebolla
- Sal de ajo
- 1 pastilla de caldo sin gluten

glotoness
sin gluten



En un bol grande con 500 gr. de carne picada, echamos un huevo en el centro de la carne y lo batimos.



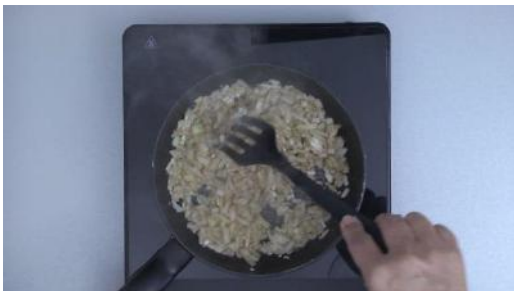
Añadimos las 2 rebanadas pan de molde sin gluten sin la corteza, ½ vaso de leche, 50 gr. de jamón muy picadito (es una gran truco de la abuelita para que queden riquísimas y tengan más sabor) y unas pizcas de sal, sal de ajo y sal de cebolla.



Removemos bien la mezcla y hacemos bolitas homogéneas. A nosotros nos gusta hacerlas pequeñas, del tamaño de una pelota de ping pong.



Pasamos las bolitas por harina sin gluten y las freímos vuelta y vuelta en aceite bien caliente. No os preocupéis de que queden crudas ya que luego terminarán de cocerse con la salsa.



Para la salsa, cortamos 1 cebolla y 2 ajos en trocitos pequeños y lo ponemos en el mismo aceite en que freímos las albóndigas. Rehogamos a fuego suave hasta que se poche.



Añadimos ½ de vaso de vino y dejamos reducir a fuego medio durante 5 minutos.



Añadimos agua y una pastilla de caldo sin gluten y lo dejamos cocer a fuego alto otros 10 minutos.



Batimos la salsa. Si te gusta muy espesa puedes añadir una albóndiga y batirla dentro de la salsa.



Juntamos con la salsa y las cocemos a fuego suave unos 30 minutos.



Emplatamos ¡y listo!