

PLATO DE FONDO

NIÑITOS ENVUELTOS RELLENOS CON ARROZ Y CARNE



Ingredientes:

- Acelgas
- 2 cebolla grande
- 2 zanahoria
- Sal
- Pimienta limón
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharadita de cebolla en polvo
- 1 cucharadita de paprika
- 500 g de carne molida (ideal que tenga 10% de grasa)
- 2 tazas de arroz cocinado previamente
- 1/2 tarro de una buena salsa de tomate
- 80 g de queso rallado
- 1/3 de taza de vino tinto
- 500 cc de agua

Preparación

- Corta el tallo de las acelgas, lávalas y reserva en una fuente.
- Hacer un sofrito con 1 cebolla grande picada en cubos + 1 zanahoria + 1/2 cucharadita de sal + 1 cucharadita de pimienta limón + 1 cucharadita de ajo en polvo + 1 cucharadita de cebolla en polvo + 1 cucharadita de paprika cocinar hasta que la cebolla esté transparente.
- Agregar 500 g de carne molida (ideal que tenga 10% de grasa) y cocinar hasta que la carne esté hecha.



- Agregar 2 tazas de arroz cocinado previamente + 1/2 tarro de una buena salsa de tomate, mezclar todo retira del fuego y poner en un bowl.
- Agrega 80 g de queso rallado, mezcla todo y reserva.
- Sumerge las hojas de acelga en agua hirviendo y deja reposar 3 minutos.
- Retira y lleva directamente a otra fuente de agua con hielo para parar la cocción.
- **SALSA DE TOMATE LIGERA:** Poner en un sartén 1 cebolla en cubos +1 zanahoria en cubos + los aliños que más te gusten y hacer un sofrito.
- Cuando la cebolla esté transparente agregar 1/3 de taza de vino tinto y dejar hervir por 3 minutos para evaporar el alcohol.
- Agrega la mitad del tarro de salsa de tomate que habías guardado + 500 cc de agua.
- Deja cocinar todo por 15 minutos a fuego medio/alto. Prueba que esté bien de sabor y retirar el fuego.
- Poner en la fuente un par de cucharadas de la salsa ligera y armar los rollitos poniendo una gran cucharada del relleno sobre una o dos hojas de acelga.
- Cuando estén todas listas bañar con lo que queda de salsa ligera.
- Cubre todo con una taza del queso que más te guste y unas cucharadas de crema para decorar.
- Lleva al horno hasta que esté dorado en la superficie y bien caliente.

