

Rulo de carne

TEXTURA: Descripción BDA	E / suave, chafada con el tenedor
Descripción IDDSI	Nivel 6 / suave y masticable



Ingredientes para 2 personas

- 1 Huevo (55 grs./pieza)
- 125 gramos de carne picada de ternera
- 125 gramos de carne picada de cerdo
- 1 rebanada de pan
- Leche entera
- 1 pizca de Perejil picado
- Harina de trigo
- Sal y pimienta

Preparación

- 1) Remojar la rebanada de pan con la leche.
- 2) Batir el huevo y mezclarlo con las dos carnes. Salpimentar a gusto, agregar el perejil.
- 3) Añadir el pan remojado, retirando el exceso de leche.
- 4) Formar con la masa un rulo y enharinarlo
- 5) Hervirlo con caldo, cortarlo y servir

Valor nutricional (por ración)

Valor energetico: 351,91 Kcal.; Proteínas: 28,98 g; Hidratos de carbono: 23,89 g; Grasas: 15,57 g;

Comentario gastronómico

Se puede agregar ajo picado a la receta y sustituir el pan remojado con leche por pan rallado.

Se puede acompañar con bechamel o salsa española.