

Almôndegas com frutas desidratadas



1 pau de canela

Azeite de oliva extra virgem

Farinha

Pimenta

Ingredientes (para 2 porções)

100 g de carne moída de vitela ou frango

100 g de carne moída de porco

25 g de tâmaras

25 g de damasco

25 g de pinholi ou nozes picadas

150 g de caldo de carne ou frango

1 ovo

1 fatia de pão seco

Leite

2 cebolas

2 hastes de alho-poró

2 tomates

Preparo

1. Molhar o pão com o leite. Picar finamente uma das cebolas e refogar em uma panela com um pouco de azeite por cerca de 15 minutos.

2. Colocar as carnes em uma tigela e amassar com a cebola refogada, as tâmaras e os damascos picados, o pinholi, o ovo batido, o pão demolido e a pimenta. Dar uma forma alongada e enfarinhar levemente.

3. Para o cozimento, em uma assadeira ligeiramente funda, colocar o restante dos legumes: cebola, alho-poró e tomate, cortados em rodellas largas. Adicionar a almôndega.

4. Adicionar um jato de água ou caldo, um fio de azeite e um pouco de canela.

5. Assar no forno a 160°C por 25-30 minutos. Verificar se é necessário adicionar mais água ou caldo, para que não fique seco, e checar o cozimento.

6. Assim que estiver dourado, retire do forno, deixe amornar e corte em rodellas.

7. Servir com os legumes da guarnição.