

RecetaKA

KIBBEH DE PATATAS RELLENO DE CARNE Y FRUTOS SECOS

Ingredientes para 4 personas: 175 gr harina de bulgur / 350 g de patatas harinosas / 2 huevos / 175 g de carne de picada / 1 cebolleta / 1 cucharada de piñones / 1 cucharada de almendra / 2 cucharadas de mantequilla fundida / comino molido / Cilantro molido / sal / pimienta / nuez moscada / canela / 2 cucharadas de caldo de carne



Elaboración:

1. Pelar y hervir las patatas en agua caliente con sal durante unos 10 min. Escurrirlas y hacer un puré.
2. Añadir el bulgur al puré de patatas, la mantequilla fundida, el comino, cilantro y la nuez moscada. Mezclar el conjunto entero y salpimentar.
3. Saltear con un poco de aceite la carne picada. Añadir la cebolleta picada en brunoise, los piñones y frutos secos picados muy finamente, la nuez moscada, la canela y el cilantro
4. Añadir el caldo. Cocinar hasta que evapore por completo
5. Dividir a mezcla de patata en 8 porciones y formar una bola con cada una y aplastarlas
6. Poner una porción del relleno en el centro de cada una y cubrir con el relleno dándole forma de kibbeh
7. Freír los Kibbeh en aceite hasta que se doren. Escurrir el aceite sobrante sobre papel absorbente

*Nota: Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres **supervisen, ayuden y se diviertan** cocinando con los niños*