



ALBÓDIGAS DE CALABACÍN Y BERENJENA

Ingredientes

- 400 gr de berenjena
- 400 gr de calabacín
- 125 gr de cebolla
- 1 diente de ajo
- 2 tomates
- 1 huevo
- Pan rallado
- Pimienta negra
- Perejil
- Sal
- Aceite de oliva

Preparación

1º. Pelamos y picamos finamente el ajo y la cebolla. Calentamos un poco de aceite de oliva en una sartén grande y pochamos a fuego suave. Mientras tanto lavamos el calabacín y lo rallamos. Pelamos también la berenjena y cortamos su carne en pequeños dados.

2º. Cuando el ajo y la cebolla estén transparentes añadimos el calabacín rallado y la berenjena picada. Sofreímos a fuego bajo durante 20 minutos, removiendo de vez en cuando. A continuación añadimos los tomates, previamente rallados, y sofreímos 10 minutos más o hasta que quede líquido alguno. Retiramos y enfriamos.

3º. Cuando la mezcla de verduras esté fría la mezclamos con el huevo batido y cinco cucharadas de pan rallado. Salpimentamos al gusto y condimentamos con una cucharadita de perejil seco. Removemos bien para que se integren todos los ingredientes.

4º. Tomamos pequeñas porciones de la mezcla (que es bastante blandita) y formamos las albóndigas, que pasamos por pan rallado y freímos en abundante aceite muy caliente. En cuanto estén doradas las retiramos y dejamos escurrir el exceso de grasa sobre papel absorbente. Servimos calientes o frías. Al gusto.

[HTTPS://WWW.DIRECTOPALADAR.COM/](https://www.directopaladar.com/)