



# Albóndigas de quinua en salsa



**Chef Orfelinda Negrete (Perú)**

*Porciones: 4*

## *Ingredientes:*

1 limón  
1 cebolla  
1 ají verde  
1 taza de quinua andina  
2 tomates  
½ cda de ajos, molidos  
1 cda de queso rallado  
2 cdas de pasas  
2 cdtas de perejil, picado  
1 cdta de orégano  
1 cda de romero  
2 cdas de carne de res molida  
1 taza de caldo de res  
7 racachas (arracacha)  
Mantequilla  
Leche evaporada  
Sal  
Pimienta

## *Preparación:*

- Remoje la quinua desde el día anterior con jugo de un limón.
- Lave la quinua 3 ó 4 veces antes de poner a granear.
- Pique la cebolla y el tomate. Muela el ají.
- Prepare un aderezo con la cebolla, el tomate y el ají verde, y sazone con sal, pimienta y ajo.
- Aparte, en un bol agregue la quinua, el queso rallado, el perejil, el orégano, el romero, las pasas y la carne molida. Mezcle bien, amasando y forme albóndigas.
- Vierta el caldo de res en la sartén, agregue el aderezo y lleve a fuego medio.
- Cuando el caldo hierva, coloque las albóndigas cuidadosamente una al lado de la otra.
- Baje el fuego y guise hasta que estén cocidas.
- Acompañe con puré de racacha.
- Para elaborar el puré, cueza las racachas y, una vez listas, muélalas. Agregue mantequilla, leche evaporada al gusto, así como sal y pimienta. Mezcle los ingredientes y luego sirva.