



**UDS**  
Mi Universidad

Universidad del Sureste.

**ALUMNA:** Lourdes Aylin Velasco Herrera.

**Materia:** Biotecnología de los ambientes.

**Grado:** 3° licenciatura en nutrición.

# Albóndigas *Enchipotladas*

## INGREDIENTES

- cebolla
- ajo
- pan molido
- 2 huevos
- perejil
- hierbabuena
- sal y pimienta
- chilpotle de lata
- mantequilla
- tomate

1



## PROCEDIMIENTO

- primero cortamos en cubos 1/2 cebolla y 1 diente de ajo, picamos la hierbabuena, y el perejil también.

2



- en un bowl grande pusimos la carne molida de res, integramos el pan molido, los 2 huevos y lo que picamos anteriormente, agregamos al gusto y revolvimos homogéneamente.

3



- Armamos las bolitas de carne de res se rellenaron de queso mozzarella , y después en una olla se pusieron a hervir unos huesos para que la comida absorbiera el sabor y agregamos algunos tomates a la licuadora con un cobo de pollo y se agregó a la olla tomates a la licuadora con un. cobo de pollo y se agregó a la olla.

4



- después cuando empezó a hervir el caldo se agregaron las bolitas para su cocción, se dejaron hervir a fuego lento hasta que estuvieran uniformes y al finalizar la cocción se sirvieron con arroz con zanahoria a un lado.

5

