

Rollitos de col rellenos de carne y arroz

COOKING
LOVERS TEKA



Consejo del chef

Servir los rollitos, bañar con la salsa y espolvorear un poco de perejil picado.

Raciones para 4

- 1 Col
- 1 Cebolla
- 2 Zanahorias
- Aceite de oliva
- 2 dientes Ajo
- ½ Cda Comino
- ½ Cda Pimentón dulce
- 2 Cdas Tomate frito
- 200 gr Arroz blanco cocido
- 100 gr Carne de cerdo picada
- 200 gr Carne de ternera picada
- Perejil fresco
- Hierbabuena fresca
- Sal
- Pimienta
- 1 Diente Ajo
- 100 gr Tomate frito
- Caldo de carne

- 1 Introducir la col en el horno con función 100% vapor y cocinar durante 15 minutos. Separar las hojas con cuidado de que queden enteras. Cortar la parte más dura de la penca para que se puedan doblar con facilidad.
- 2 Sofreir la cebolla y zanahorias picadas en una cazuela o sartén con un chorrito de aceite de oliva. Añadir el ajo picado y tras un par de minutos el comino y pimentón dulce. Agregar el tomate frito y cocinar unos segundos. Añadir el arroz previamente cocido. Dejar enfriar y mezclar en un bol aparte con la carne picada, perejil fresco, hierbabuena, sal y pimienta.
- 3 Rellenar las hojas de col con esta mezcla formando rollitos. En un cazo con un chorrito de aceite, dorar un diente de ajo entero. Añadir el tomate frito y el caldo de carne. Mezclar bien y dejar hervir unos minutos.
- 4 Colocar los rollitos en el fondo de una cazuela plana o sartén y cubrir con la salsa. Cocinar con la tapa puesta durante 15 minutos.

Notas del Chef

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/rollitos-de-col/>

