



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** Sofreír 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/>

COOKING
LOVERS 