



ALMÔNDEGAS AGRIDOCES VEGETARIANAS

Ingredients

Para 2 pessoas

Almôndegas:

4 ovos
200g de cheddar triturado
65g de queijo cottage
1 cebola
100g de nozes pecã picadas
1 colher de chá de manjericão seco
1/2 colher de chá de sal
1/4 colher de chá de salva seca
350g de pão ralado temperado

Molho agridoce:

60g de óleo vegetal
60g de vinagre branco
150g de compota de damasco
150g de ketchup
1 cebola
1 colher de chá de orégãos secos
1 pitada de molho de pimenta picante

Etapas

1. Numa tigela grande, misture os ovos, queijo cheddar, e queijo cottage até que estejam bem misturados. Misture a cebola, nozes pecã, manjericão, sal e salva. Misture o pão ralado.
2. Forme a mistura em pequenas bolas, e coloque-as num prato de cozedura.
3. Noutra tigela, misture o óleo vegetal, vinagre, doce de damasco, ketchup, a cebola, os orégãos e o molho de pimenta picante. Verta sobre as almôndegas.
4. Coza, a descoberto, num forno pré-aquecido a 175°C durante 35-40 minutos, até que as almôndegas estejam firmes, e o molho seja espesso e borbulhante.