

Chiftele Marinate în sos de roșii – Rețeta preferată a familiei



Chiftele Marinate în sos de roșii



Dacă vrei să gătești ceva delicios pentru toată familia, încearcă această rețetă de **chiftele marinate în sos de roșii și usturoi!** Chiftele fragede, sos bogat și ușor dulceag – perfect echilibrat. **Simplu, rapid și plin de savoare**, acest preparat va deveni cu siguranță preferatul casei!

Ingrediente sunt mai jos în descriere, iar rețeta pas cu pas este prezentată în video.

Ingrediente pentru Chiftele Marinate în sos de roșii:

- 900 ml suc de roșii
- 1,5 cepe medii
- 1 căciulie usturoi
- 1 ardei gras roșu
- 20-30 ml ulei de măsline
- 1 lingură pastă de tomate
- 1 linguriță de dulceață de ardei iute

- 3 frunzulițe de dafin
- 1 linguriță cimbru
- 1 linguriță sare
- 1 linguriță boia dulce
- 1/2 linguriță piper

Pentru chiftele:

- 500 g carne de vită
- 2 cartofi fierți
- 3 ouă
- 1/2 ceapă medie
- 1 căciulie usturoi
- 80 g pesmet
- frunzele de la o legătură de pătrunjel
- 3-4 g sare
- 1 linguriță boia dulce
- 1/2 linguriță piper

1. Într-o cratiță cu fundul larg și pereți înalți, se încălzesc 20-30 ml de ulei (de măsline sau floarea-soarelui).
2. Se adaugă 3/4 din două cepe medii, tocate, și se călesc până devin translucide și caramelizate. Se adaugă o linguriță rasă de sare.
3. Într-un bol se pun 500 g de carne tocată de vită (sau amestec de porc, pui).
4. Se adaugă 3-4 g de sare, o linguriță de boia dulce, jumătate din două căciulii de usturoi zdrobit, jumătate din ceapa rămasă, doi cartofi fierți și rași, și trei ouă.
5. Se amestecă bine compoziția, iar dacă este prea moale, se adaugă aproximativ 80 g de pesmet.
6. După ce ceapa s-a înmuiat, se adaugă o lingură de pastă de tomate, un ardei gras tăiat și piper proaspăt măcinat.
7. Se călesc împreună două minute, apoi se adaugă 900 ml

suc de roșii și o linguriță de boia dulce.

8. Se adaugă trei frunze de dafin și o linguriță de cimbru. Se lasă sosul să fiarbă la foc mic.
9. Se formează chifteluțe din compoziția de carne, se trec prin făină și se prăjesc în ulei încins, aproximativ 5-7 minute pe fiecare parte, până devin aurii.
10. După ce chifteluțele sunt prăjite, se transferă în sosul de roșii și se fierb la foc mic încă 7-10 minute.
11. Se presară verdeață proaspătă deasupra (pătrunjel). Chifteluțele se servesc cu piure sau pâine proaspătă.