



## ALBÓNDIGAS DE CHOCO EN SALSA

DIFICULTAD Preparación Cocinado  
Intermedio 30-40min 25-30 min

### Ingredientes para las albóndigas

**Choco (sepia):** 600.  
**Huevos:** 2  
**Ajo:** 2 dientes (o alguno más si te gusta potente).  
**Pan rallado**  
**Perejil fresco**  
**Sal**  
**Harina** (para rebozar)



### Ingredientes para la salsa y cocción

**Cebolla:** 1.  
**Ajo:** 4 dientes.  
**Caldo de pescado:** 1 l.  
**Azafrán** (hebras o molido).  
**Vino blanco.**  
**Aceite de oliva.**

### Preparación

1. Picar muy bien el choco junto con el perejil y los 2 dientes de ajo.
2. En un bol, mezclar el picado anterior con los huevos batidos, un poco de pan rallado y sal hasta obtener una masa manejable.
3. Formar las bolas y enharinar ligeramente.
4. En una sartén con aceite, freír la cebolla picada y los 4 dientes de ajo.
5. Una vez sofritos, pasarlos al vaso de la batidora y triturar con un poco del caldo de pescado para que quede una base fina.
6. Freír las albóndigas enharinadas en una cazuela (puedes usar el mismo aceite del sofrito filtrado).
7. Añadir el vino blanco y dejar que evapore el alcohol.
8. Incorporar el sofrito triturado, el resto del caldo, la sal y el azafrán.
9. Cocinar a fuego lento hasta que la salsa trabe y las albóndigas estén tiernas.

### Notas

- *El choco suele soltar agua, así que ajusta el pan rallado poco a poco para que no te queden demasiado duras ni demasiado blandas.*

AUTOR	NOMBRE DEL DOCUMENTO	REFERENCIAS DEL DOCUMENTO			Página 1 de 1
		Grupo	Edición/Revisión	Fecha	
JuCaSaTa	Albóndigas de Choco en Salsa	Pescados y Mariscos	01	21-02-2026	