

SECONDI PIATTI

Polpettone con verdure e uova



INGREDIENTI

MACINATO DI MANZO 400 gr

ZUCCHINE 200 gr

PEPERONI preferibilmente 1/2 rosso e 1/2
giallo - 1

UOVA 1

UOVA SODE 3

PANE ammollato in acqua - 150 gr

PARMIGIANO REGGIANO 60 gr

PREZZEMOLO tritato - 1 cucchiaino da
tavola

SPICCHIO DI AGLIO 1

PANGRATTATO

SALE

Quando si vuole realizzare una ricetta che faccia felice tutta la famiglia oppure comoda quando si hanno tante persone a tavola, il **polpettone con verdure** e uova è proprio ciò che fa per voi.

Semplice, rustico e gustoso piace sempre a grandi e piccoli, poi si può dire sia una ricetta molto furba perché mentre esso cuoce in forno ci si può dedicare ad altro. È perfetto anche se si vogliono riciclare verdure avanzate dal pranzo precedente. Provate questa versione e se volete abbinarci un contorno saporito, provate anche gli [spinaci saltati](#), facili e buonissimi!

Provate anche la ricetta del [polpettone ripieno della nonna!](#)

PREPARAZIONE

1 Per realizzare il polpettone con verdure per prima cosa in una scodella capiente mettete il manzo macinato, l'uovo, il prezzemolo tritato, l'aglio schiacciato, il pane strizzato precedentemente ammollato nell'acqua. Aggiungete ancora le verdure tagliate a dadini e il formaggio, me scolate salando adeguatamente. Quando il composto sarà omogeneo trasferite metà dell'impasto in uno stampo da plumcake rivestito con carta da forno, adagiateci su delle uova sode, quindi ricopretelo con il restante impasto. A questo punto cospargetelo con pane grattugiato e aggiungete un filo di olio, quindi infornatelo a 180 gradi per almeno un'ora e trenta minuti. Sfornate il polpettone con verdure e uova e aspettate qualche minuto prima di tagliarlo a fette.

CONSIGLIO

Potrei aggiungere anche delle melanzane?

Sì certo, ci stanno benissimo!

Ho comprato più zucchine del necessario, potresti darmi altre ricette?

Ti consiglio un buon primo piatto: [pasta con zucchine e gamberetti](#), buonissima!