

SECONDI PIATTI

Polpette carciofate

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

8 - 10 cuori di carciofo freschi e grossi
350 g circa di macinato di manzo o maiale
secondo i gusti
formaggio filante a scelta
1 uovo
2 fette di pane ammollate in acqua
prezzemolo
parmigiano e pecorino romano grattugiati
pepe
olio per friggere
sale.

PREPARAZIONE

1 Sbollentare i cuori di carciofo e privarli delle foglie interne e della barba.



2 Apriarli bene e schiacciarli un po'.

Mentre cuociono e si raffreddano i carciofi mescolare il macinato con l'uovo, il pane ben strizzato, il parmigiano e il romano, il prezzemolo, sale pepe.



3 Amalgamare bene il composto. Tagliare a pezzetti il formaggio filante e inserirne un pezzettino nei cuori di carciofo.



4 A questo punto riempire i cuori con il composto di macinato schiacciando bene e inglobando i bordi dei cuori nella carne e procedere fino ad esaurire gli ingredienti.



- 5 Scaldare l'olio in una padella larga e friggere le polpette partendo dal lato di carne con fuoco medio, in modo che il calore arrivi all'interno e cuocia la carne fino al centro. Rigirarle bene da ambo i lati.



- 6 Quando saranno ben dorate scolarle e asciugarle su carta assorbente.



7 Gustare calde o tiepide.