

SECONDI PIATTI

Polpette di carne

LUOGO: [Sud America / Venezuela](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [10 min](#) COSTO:

[basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Le **polpette di carne** con la **patata lessa** nell'impasto sono un modo **semplice e gustoso** per preparare delle **polpette morbide e saporite**, infatti, la patata lessa regala alla carne una **consistenza morbida**, senza l'**effetto stopposo** che solitamente si rischia di ottenere usando solo la carne nell'impasto. Le **polpette di carne** sono una **ricetta** che si può adattare a diversi tipi di carne, come il **vitello**, il **maiale** o il **pollo**, e che si può arricchire con altri ingredienti, come il formaggio, il prezzemolo o il pane.

Le **polpette di carne con la patata lessa** nell'impasto si possono **cuocere in padella**, al forno

o in salsa, e si possono servire come secondo piatto o come antipasto.

Segui la nostra ricetta con video e passo passo fotografico per cucinare con le tue mani delle buonissime polpette di carne, morbide, golose e saporite.

Se ti piacciono i [secondi piatti di carne](#) e ami le **ricette con le polpette**, ecco per te delle proposte che **potrebbero piacerti**:

[Polpette di ricotta](#)

[Polpette di pane](#)

[Polpette di melanzane](#)

[Polpette al sugo](#)

[Polpette di lenticchie fritte](#)

INGREDIENTI

MACINATO DI MANZO 400 gr

PATATE LESSE 1

UOVO MEDIO 1

PANGRATTATO 30 gr

PARMIGIANO REGGIANO

GRATTUGIATO 50 gr

SALE FINO

INGREDIENTI PER LA FRITTURA

OLIO DI SEMI DI ARACHIDE 1 l

PANGRATTATO

PREPARAZIONE

1 Per preparare le polpette di carne morbide, per prima cosa devi lessare una patata di circa 180-200 g. Lava la patata e mettila in un tegame, ricoprila di acqua e accendi il fornello, falla cuocere per circa 40 minuti a fuoco medio, quando la patata è cotta devi poterla trapassare facilmente con uno stecchino. Se la patata è pronta, scolala e mettila in uno schiacciapatate, lascia pure la buccia.

In una ciotola metti la carne macinata, posiziona lo schiacciapatate sulla ciotola e schiaccia la patata, vedrai che la buccia rimarrà nell'attrezzo e la polpa pulita si andrà ad unire alla carne. Aggiungi anche l'uovo sgusciato.





2 Aggiusta di sale, aggiungi il parmigiano reggiano grattugiato e impasta un po' con la mano, unisci anche il pangrattato e continua ad impastare con la mano nella ciotola.





3 Quando l'impasto raggiungerà la giusta consistenza, prendine un po' per volta e forma tante polpette, la misura delle polpette puoi deciderla tu, l'importante è che siano tutte più o meno uguali tra di loro per avere lo stesso tempo di cottura. Man mano che formi le polpette, passale rotolandole sul pangrattato in modo che in frittura formino la classica crosticina.





- 4 In una padella antiaderente, adatta alla frittura, versa l'olio di semi di arachidi e portalo a temperatura. Per vedere se l'olio è sufficientemente caldo puoi immergerci la punta di uno stuzzicadenti, se vedi che intorno alla punta si formano delle bollicine, puoi iniziare a friggere le polpette, poche per volta. Friggi le polpette per circa 10 minuti, facendole rotolare per uniformare la cottura.

Quando le polpette saranno ben dorate, togliete dall'olio con una schiumarola e fatele scolare su alcuni fogli di carta fritti.



