

SECONDI PIATTI

# Polpette di fagioli

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    COSTO: basso    REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



## INGREDIENTI

Fagioli secchi  
farina integrale di segale  
uova  
formaggio grattugiato  
pangrattato  
aglio  
prezzemolo  
olio extravergine d'oliva  
sale marino integrale  
santoreggia  
peperoncino.

## PREPARAZIONE

- 1 Lessare i fagioli con la santoreggia, dopo averli messi a bagno, e passarli al passaverdure. Amalgamare uno spicchio d'aglio e del prezzemolo (dopo averli tritati), due tuoli d'uovo, il formaggio grattugiato, due o tre cucchiari di farina di segale, condimenti ed aromi.

Formare delle polpettine tonde, passarle nell'uovo sbattuto e nel pangrattato e friggerle, oppure farle gratinare al forno.