

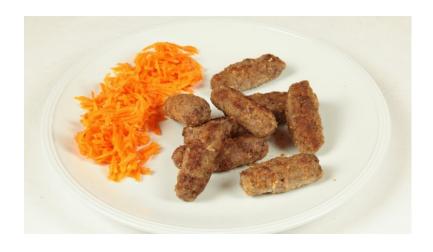
SECONDI PIATTI

Polpette di manzo

LUOGO: Europa / Russia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 40 min COTTURA: 20 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

CARNE MACINATA DI MANZO 900 gr
LONZA DI MAIALE MACINATA 200 gr
MOLLICA DI PANE secco - 200 gr
PANGRATTATO 100 gr
SPICCHIO DI AGLIO sprumuto - 1
PEPE NERO
ACQUA ghiacciata - 4 cucchiai da tavola
UKRUP 1 cucchiaio da tè
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiai da tavola
SALE

PREPARAZIONE

Mettete a bagno in acqua fredda la mollica per 5 minuti, quindi toglietela, strizzatela e incorporatela alla carne macinata.

Aggiungete l'acqua ghiacciata, il sale, l'aglio e il cucchiaino di ukrup ed amalgamate bene.









2 Con la carne formate delle polpette di forma ovale, lunghe una decina di centimetri e alte un centimetro. Passatele nel pangrattato.



Accendete il forno a 160°C. Fate scaldare due cucchiai di olio in una padella su fiamma media e fatevi dorare 4 polpette alla volta.



4 Man mano che sono pronte disponetele in una pirofila e copritele con carta da cucina.



5 Quando saranno tutte pronte, mettetele in forno e lasciatevele dieci minuti.