

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 cucchiari da tavola

UKRUP 1 cucchiario da tè

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiari da tavola

SALE

## PREPARAZIONE

- 1 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.



**3** 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.