

SECONDI PIATTI

Polpette fritte albanesi

LUOGO: [Europa](#) / [Albania](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [30 min](#) COTTURA: [10 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Le **polpette fritte albanesi** sono una preparazione buonissima e molto diffusa in questo Paese: il termine *qofte* indica le polpette mentre il termine *ferguara* significa "fritte". Saporitissime e invitanti, potrebbero entrare facilmente nella nostra consuetudine casalinga! Ne andranno matti grandi e piccoli e sono perfette se abbinate ad un gustoso contorno magari di verdure come ad esempio gli [spinaci saltati](#), buonissimi!

INGREDIENTI

CARNE MACINATA DI MANZO o agnello
o pollo - 500 gr
FETA tritata - 100 gr
PANE secco e spezzettato - 1 fetta
FARINA ½ tazze
CIPOLLE grattata finemente - 1
MENTA ESSICCATA sbriciolata -
SALE
PEPE NERO
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 1
tazza

PREPARAZIONE

- 1 Per fare le polpette fritte abanesi, immergete il pane nell'acqua fino a che diventi molto morbido, quindi strizzatelo.



- 2 Miscelate la carne, il pane, il formaggio feta, la cipolla, il sale, il pepe, le molliche di pane e la menta a piacere.





3 Impastate bene questo composto e formate delle polpettine spesse un centimetro.



4 Rotolatele nella farina e frigeteli nell'olio d'oliva caldo (176°C).



CONSIGLIO

Quale tipo di olio è meglio utilizzare per le frittore?

È preferibile quello extravergine di oliva.

Come mi accorgo che sono alla temperatura giusta?

Se immergendo uno stecchino si formano intorno ad esso tante bollicine, puoi friggere.