

SECONDI PIATTI

Vrasciole

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 35 min COTTURA: 45 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

400 g di carne macinata bovina

200 g di pane raffermo

1 uovo

un mazzetto di prezzemolo

1 spicchio di aglio

4 cucchiaini di parmigiano grattugiato

800 g di salsa di pomodoro

4 cucchiaini di olio extravergine di oliva

sale e pepe.

PREPARAZIONE



2 In una ciotola mettete in ammollo il pane in acqua.



3 Tritare il prezzemolo.



4 E l'aglio.



5 Mettete la carne nel mixer.



6 Unite il prezzemolo e l'aglio.



7 Togliete la crosta dal pane ormai zuppo di acqua.



8 Strizzatelo bene e aggiungetelo nel mixer.



9 Frullare bene.



10 Togliete dal mixer e mettete in una ciotola, aggiungete l'uovo, il formaggio grattugiato, il sale ed il pepe nero.



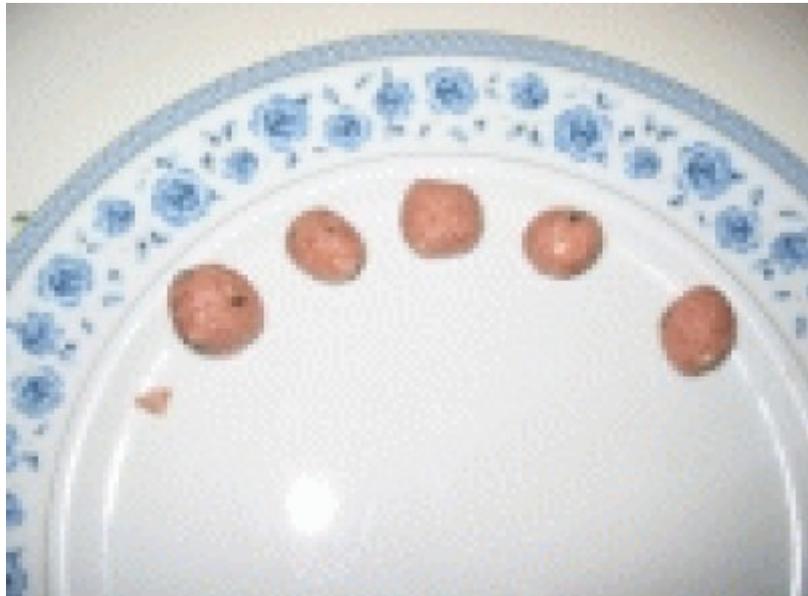
11 E impastare con le mani.



12 Formate le polette allungate.



13 Oppure delle piccole polpettine ideali da unire alla salsa per condire la pasta.



- 14 In una pentola scaldare la salsa e aggiungete le polpette piccoli e fate cuocere, con questo sugo potete condire la pasta.



- 15 In una padella fate scaldare l'olio.



- 16 E aggiungete le polpette.



17 Fate friggere finchè sono ben cotte.

