

SECONDI PIATTI

Polpette al sugo di peperoni

di: *Cookaround*



INGREDIENTI

CIPOLLA 1
PEPERONI 2
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
AGLIO 1 spicchio
BASILICO 5 foglie
SALE
PANE INTEGRALE 200 gr
CARNE MACINATA DI MANZO 300 gr
SALSICCIA DI MAIALE 2
UOVO 1
PARMIGIANO REGGIANO 3 cucchiaini da
tavola
SALE
PREZZEMOLO 1 ciuffo

Poche idee su cosa preparare per pranzo o cena? Ecco allora, le nostre **polpette al sugo di peperoni** fanno proprio al caso vostro. Un secondo speciale, dal gusto particolare e rustico, che di certo piacerà a chi ama abbinare la carne a questi ortaggi meravigliosi. La ricetta inoltre vi permetterà di anticipare la preparazione e solo in ultimo assemblarla in questo modo avrete anche più tempo per fare altre cose. Le polpette si sa, sono buonissime e se ne siete dei fans come noi, questa ricetta non dovete assolutamente perderla se poi siete a caccia di altre varianti, provate anche quelle ai funghi porcini, noi le adoriamo!

E se amate le ricette con i peperoni ecco per voi altre imperdibili idee:

peperoni gratinati
pollo con i peperoni
zuppetta di peperoni e calamari

Preparazione

- 1 Quando volete realizzare la ricetta delle polpette al sugo di peperoni, per prima cosa affettate la cipolla e appena dopo anche i peperoni.





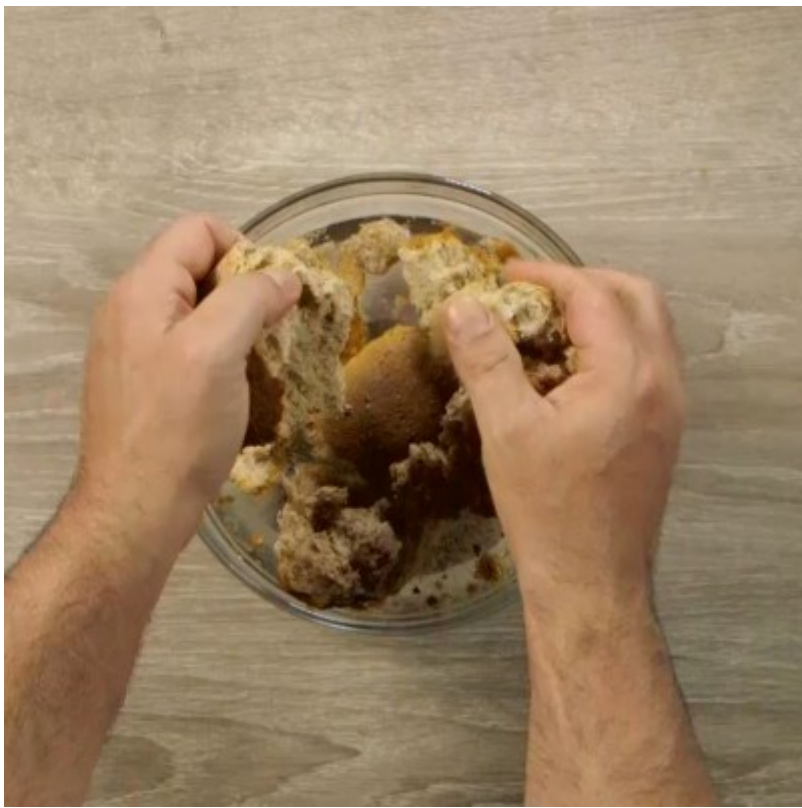
- 2** Fatto ciò in una padella mettete un giro di olio extravergine di oliva e fatevi soffriggere all'interno uno spicchio di aglio e dopo pochi minuti aggiungete prima le cipolle e quando saranno leggermente dorate anche i peperoni, infine aggiungete il basilico e fate stufare.







- 3 In una ciotola da parte mettete in ammollo il pane integrale e in un'altra mescolate la carne macinata, la salsiccia senza budello, il prezzemolo, l'uovo e il parmigiano. Aggiungete a questo punto anche il pane strizzato e mescolate il tutto fino a formare un impasto omogeneo, regolando di sale.









- 4 Formate le polpette, disponetele in un piatto leggermente distanziate l'una dall'altra e friggetele in olio ben caldo. Quando saranno tutte pronte, frullate in un mixer il sugo di peperoni, fino a ottenere una crema. In un piatto da portata mettete una cucchiata di questa salsa e su di essa disponete le polpette.

Consiglio