

SECONDI PIATTI

# Polpette di pane al sugo

---

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#)    PREPARAZIONE: [10 min](#)    COTTURA: [15 min](#)    COSTO:

[molto basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

---



Quante volte ti è capitato di avere del **pane raffermo** che sembrava destinato alla pattumiera? La prossima volta che ti capita, **non pensarci nemmeno a gettarlo**, oggi ti facciamo conoscere una **ricetta** tanto cara alle nostre nonne che in fatto di riciclo in cucina erano maestre! **Le polpette di pane al sugo** sono un [secondo piatto](#) buonissimo, economico e goloso, **i bambini di solito ne vanno matti e anche i genitori!**

Per cucinare **le polpette di pane al sugo** ti bastano **pochi e semplici ingredienti**, e puoi cucinarle **anche se non sei proprio esperto in cucina**. Segui la nostra **ricetta completa di video e passo passo fotografico**

per cucinare con le tue mani questa ricetta e portare in tavola delle **deliziose polpette di pane al sugo**.

Se ami le [polpette](#) in tutte le salse, ecco altre ricette che potrebbero piacerti:

[Polpette di pane e rucola](#)

[Polpette di melanzane](#)

[polpette di bollito](#)

[polpette di carne al sugo](#)

[Crocchette di pesce](#)

## INGREDIENTI PER LE POLPETTE

PANE RAFFERMO 250 gr

LATTE 250 ml

UOVA 2

PARMIGIANO REGGIANO 50 gr

PANE GRATTUGIATO 4 cucchiaini da tavola

SALE FINO

PREZZEMOLO

## INGREDIENTI PER IL SUGO

PASSATA DI POMODORO 300 ml

ACQUA 100 ml

CAROTA 1

CIPOLLA piccola - 1

COSTA DI SEDANO 1

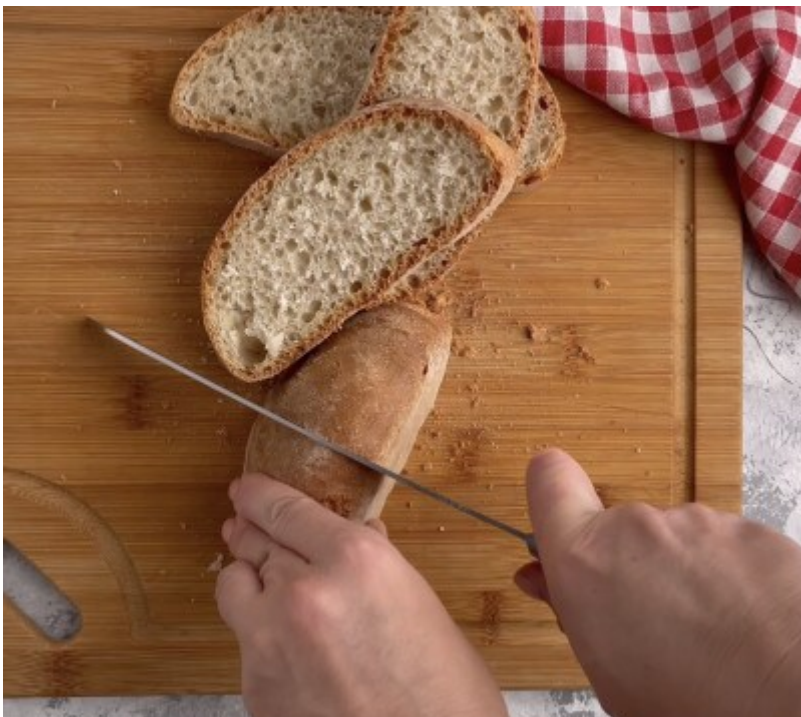
SPICCHIO DI AGLIO 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE FINO

## PREPARAZIONE DELLE POLPETTE

- 1 Per cucinare delle economiche e buone polpette di pane al sugo, inizia tagliando il pane a fette e poi riducilo in piccoli quadrati. Metti il pane in una casseruola insieme al latte e fallo ammorbidire fino a quando il pane risulterà morbido e il latte si sarà completamente assorbito.





- 2 Ora strizza il pane per eliminare l'eccesso di latte e sminuzzalo con le mani. Aggiungi il parmigiano, il sale, le uova sbattute e il prezzemolo tritato. Mescola bene prima con una forchetta e poi con le mani, assicurandoti che tutti gli ingredienti si amalgamino bene. Aggiungi anche il pane grattugiato e impasta nuovamente.









- 3 Forma delle palline, grosse come noci, con il composto ottenuto e mettile da parte mentre preparerai il soffritto e il sugo al pomodoro.





## COTTURA DELLE POLPETTE DI PANE AL SUGO

- 1 Adesso passiamo alla cottura delle polpette di pane al sugo, inizia dal soffritto: trita finemente le verdure: mezza cipolla, una carota, una costa di sedano e uno spicchio d'aglio.

Scegli una padella antiaderente abbastanza capiente da contenere tutte le polpette e versaci un buon giro di olio extravergine d'oliva.





**2** Accendi il fornello sotto alla padella e, non appena inizia a scaldarsi, aggiungi le verdure tritate e lo spicchio d'aglio. Fai appassire tutto a fuoco basso, mescolando di tanto in tanto.





- 3 Successivamente, aggiungi le polpettine nella padella e falle rosolare da entrambi i lati. Aggiungi la passata di pomodoro e l'acqua. Lascia cuocere il tutto per circa 15 minuti.





- 4 Aggiusta di sale e pepe se serve e, trascorso il tempo previsto per la cottura, porta le polpette su un piatto da portata insieme al loro sughetto, cospargi di prezzemolo fresco tritato prima di servire.





