

SECONDI PIATTI

La zucca lunga "sposata"

LUOGO: Europa / Italia / Basilicata

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

1 zucca lunga

PER IL SUGHETTO

1 costola di sedano

2 cipolle sponse

2 pomodori maturi

PER LE POLPETTE DI PANE

pane rafermo

2 uova

formaggio grattugiato

prezzemolo

PER LE POLPETTE DI CARNE

carne macinata di manzo e maiale

uova

formaggio

sale e pepe

PREPARAZIONE

1 Preparare un battuto tritando finemente la cipolla, il sedano e i pomodori, poi soffriggere in un capiente tegame.

Tagliare a metà la zucca longitudinalmente, privarla con cura dei piccoli semi al suo interno, incavare la polpa, tritarla e aggiungerla al battuto; cuocere lentamente facendo attenzione che non si bruci.

Preparare infine le polpette da "sposare" alla zucca.

Per le polpette di pane:

prendere del pane raffermo, bagnarlo nel latte e strizzarlo; aggiungervi 2 uova, il formaggio grattugiato, il prezzemolo tritato e impastare creando delle polpette grosse.

Per le polpette di carne:

prendere della carne di manzo e maiale tritata, aggiungervi le uova, il formaggio e un pizzico di sale e pepe.

Adagiare le polpette alternandone una di carne e una di pane nel sugo brodoso con la zucca; passare in forno per 10-15 minuti circa.