

ZUPPE E MINESTRE

Minestra di bietole e polpettine

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [25 min](#) COSTO:

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



Questa minestra di bietole e polpettine è davvero fantastica, un comfort food perfetto soprattutto quando il freddo incalza. Preparata in anticipo è ancora più buona. Le polpettine poi, piccoli bocconcini gustosissimi aggiungono quel tocco in più davvero irresistibile! Una ricetta facile ed economica che farà la felicità di chi ama i piatti caldi e rustici. Questo piatto unico economico e gustoso incontrerà il favore anche di chi non ama particolarmente le verdure, e piacerà tanto anche ai bambini che in genere vanno matti per le polpette.

Fatta questa, con le bietole poi potreste fare anche gli sformatini, ottimi anche loro!

INGREDIENTI

BIETOLE 1 kg
CARNE MACINATA DI MANZO 250 gr
UOVA 1
BRODO DI CARNE 1 l
PANE raffermo - 50 gr
PARMIGIANO REGGIANO 50 gr
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Quando volete realizzare la ricetta della minestra di bietole e polpettine, per prima cosa lavate e lessate le bietole, scolatele conservando l'acqua di cottura e tagliatele a pezzi.



- 2 Preparate le polpettine lavorando insieme la carne macinata, il pane spugnato nell'acqua e strizzato, l'uovo, un cucchiaio di parmigiano e il sale.



3 Immergetele crude nel brodo bollente e fatele cuocere a fiamma bassa per cinque minuti.



4 Aggiungete le bietole con un poco della loro acqua messa da parte e continuate la cottura ancora per una decina di minuta.



5 Fate riposare la minestra prima di servirla con fettine di pane abbrustolito e con parmigiano grattugiato.

CONSIGLIO

Posso mangiarla anche il giorno dopo?

Certo, tienila in frigorifero!

Potrei utilizzare del macinato di pollo?

Sì, sono ottime anche di pollo le polpette!