

SECONDI PIATTI

Polpette di fagioli

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* COSTO: *basso* REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI

Fagioli secchi
farina integrale di segale
uova
formaggio grattugiato
pangrattato
aglio
prezzemolo
olio extravergine d'oliva
sale marino integrale
santoreggia
peperoncino.

PREPARAZIONE

- 1 Lessare i fagioli con la santoreggia, dopo averli messi a bagno, e passarli al passaverdure. Amalgamare uno spicchio d'aglio e del prezzemolo (dopo averli tritati), due tuoli d'uovo,

il formaggio grattugiato, due o tre cucchiari di farina di segale, condimenti ed aromi.

Formare delle polpettine tonde, passarle nell'uovo sbattuto e nel pangrattato e friggerle, oppure farle gratinare al forno.