

SECONDI PIATTI

Polpette di manzo

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Russia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *media* PREPARAZIONE: *40 min* COTTURA: *20 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI

CARNE MACINATA DI MANZO 900 gr
LONZA DI MAIALE MACINATA 200 gr
MOLLICA DI PANE secco - 200 gr
PANGRATTATO 100 gr
SPICCHIO DI AGLIO sprumuto - 1
PEPE NERO
ACQUA ghiacciata - 4 cucchiaini da tavola
UKRUP 1 cucchiaino da tè
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SALE

PREPARAZIONE

1 Mettete a bagno in acqua fredda la mollica per 5 minuti, quindi toglietela, strizzatela e

incorporatela alla carne macinata.

Aggiungete l'acqua ghiacciata, il sale, l'aglio e il cucchiaino di ukrup ed amalgamate bene.





- 2 Con la carne formate delle polpette di forma ovale, lunghe una decina di centimetri e alte un centimetro. Passatele nel pangrattato.



3 Accendete il forno a 160°C. Fate scaldare due cucchiai di olio in una padella su fiamma media e fatevi dorare 4 polpette alla volta.



4 Man mano che sono pronte disponetele in una pirofila e copritele con carta da cucina.



5 Quando saranno tutte pronte, mettetele in forno e lasciatevele dieci minuti.