

SECONDI PIATTI

Polpette di tacchino al sugo

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

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Le polpette di tacchino al sugo , profumate con prezzemolo e capperi, dopo un primo passaggio in padella, vengono insaporite in un sugo leggero di pomodoro. Il risultato? Un piatto perfetto per tutta la famiglia!

Umide, saporite, morbide morbide rendono felici grandi e piccoli. Il sughetto che crea è delizioso anche sulla pasta, magari potreste fare i classici spaghetti con le polpette però in versione carne bianca.

Seguite i nostri consigli e vedrete che successo sulla vostra tavola

Se amate questo genere di piatti, ecco per voi altre ricette di polpette:

[polpette alla napoletana](#)

[polpette di Luca](#)

[polpette di spinaci](#)

INGREDIENTI

FESA DI TACCHINO 400 gr

CAPPERI SOTTO SALE 20 gr

PREZZEMOLO 1 ciuffo

PASSATA DI POMODORO 600 gr

CIPOLLE 80 gr

PANE rafferma - 150 gr

LATTE INTERO

UOVA 1

PANGRATTATO (circa 2 cucchiari da tavola) -

FARINA

BASILICO

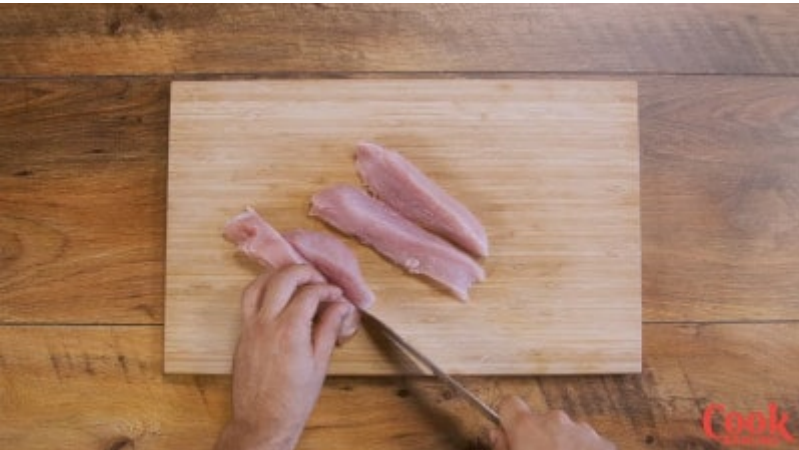
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

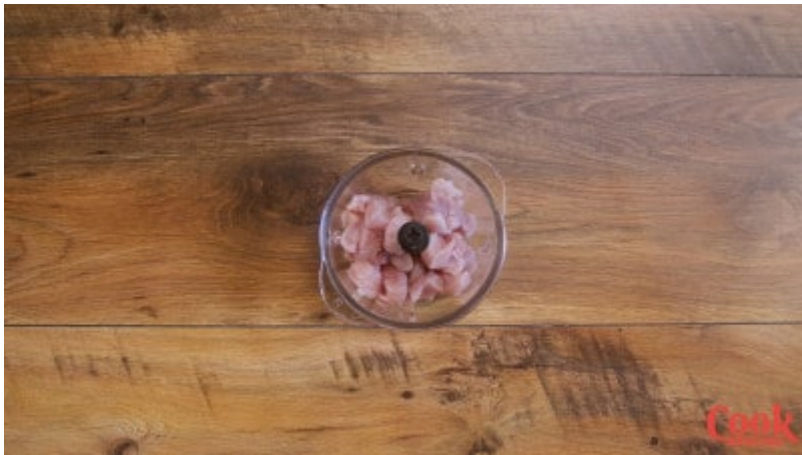
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Tagliate il tacchino a pezzi grossolani.

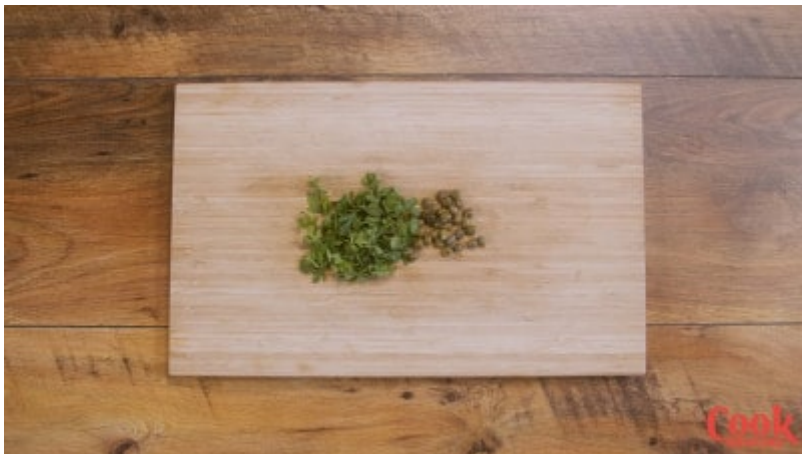


2 Frullate il tacchino a pezzi.





3 Ora mettete il pane ammollato nel latte quindi tritate insieme il prezzemolo ed i capperi.



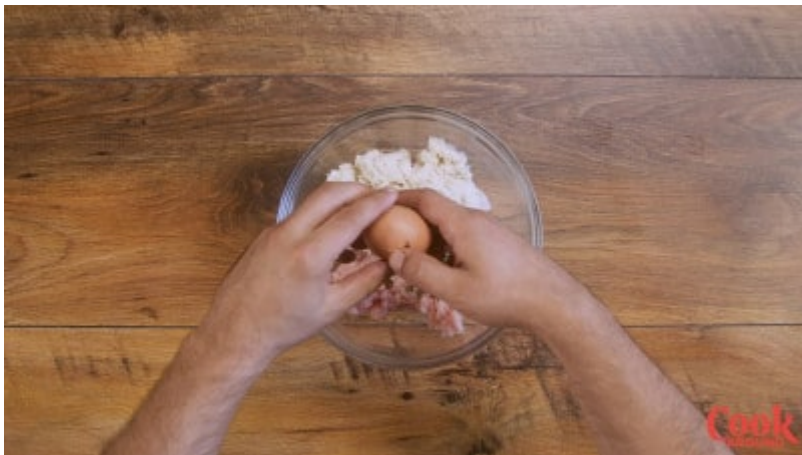


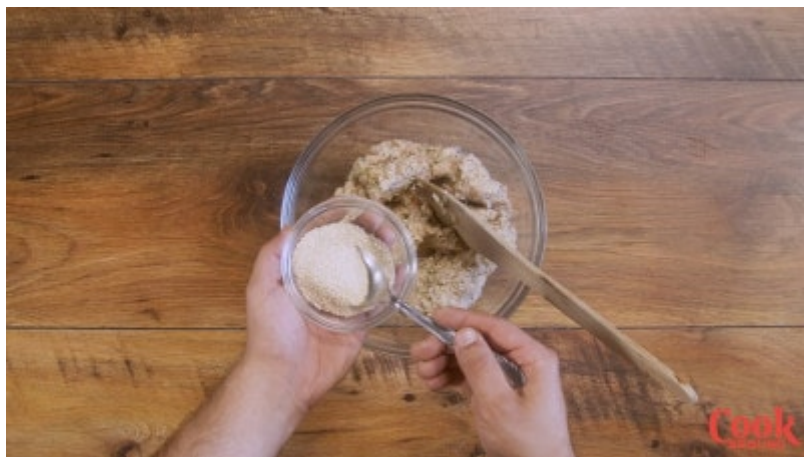
4

In una ciotola unite il tacchino frullato, il pane ammollato nel latte e ben strizzato, il prezzemolo e i capperi tritati, un uovo sale e pepe.

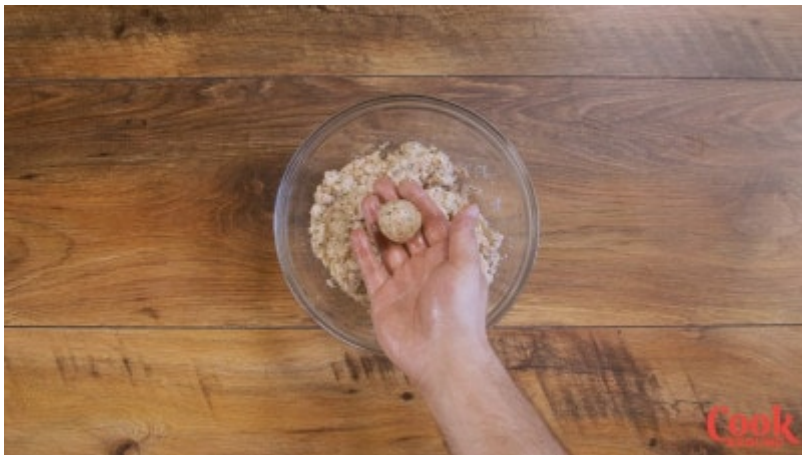
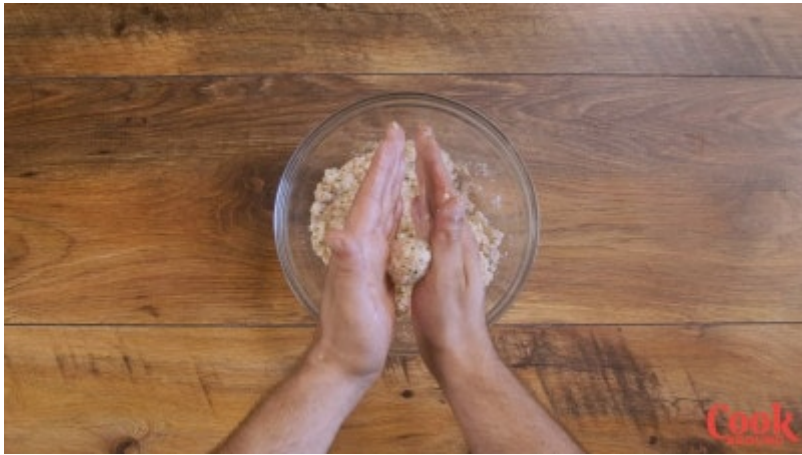
Amalgamare il composto e aggiungete un pò di pangrattato.







5 Formate le polpette con le mani unte di olio. Lasciate compattare in freezer per 30 minuti.



- 6 Intanto soffriggete la cipolla tritata unire passata regolare di sale e aromatizzare con il basilico fate andare una decina di minuti fuoco basso.





7 Passate le polpette nella farina.





8 Friggete 160-170° per 2-3 minuti fino a doratura.





- 9 Trasferitele nel tegame con la salsa e fate andare per pochi minuti per far amalgamare i sapori. Servite con altro basilico a gusto.

