

SECONDI PIATTI

Polpettine di tonno e ricotta

di: *Emanuela*

LUOGO: **Europa / Italia**

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



INGREDIENTI

RICOTTA 300 gr
TONNO SOTT'OLIO 300 gr
UOVA 1
PARMIGIANO REGGIANO 40 gr
PANGRATTATO 50 gr
SCORZA DI LIMONE 1
SALE

Le polpettine di tonno e ricotta costituiscono un ottimo secondo piatto, facile da realizzare, adatto alle gite fuori porta o anche, se realizzate di dimensioni adeguate, un ottimo elemento per un buffet in piedi.

La cottura al forno vi metterà al riparo dalla pesantezza del fritto e dall'odore in cucina, quindi non avete più scuse, comprate il tonno e la ricotta e accendete il forno!

PREPARAZIONE

- 1 Riunite in una ciotola la ricotta, il tonno, la scorza di limone grattugiata, l'uovo, il parmigiano ed il pangrattato; mescolate molto bene.





2 Modellate le polpettine e passatele nel pangrattato.



- 3** Allineate le polpette appena realizzate su di una teglia foderata con della carta forno ed ungetele con un filo d'olio.



- 4** Infornatele a 180°C per 30 minuti, girandole a metà cottura e ungendole anche sul secondo lato.



5 Servite le polpettine ancora calde ma sono buonissime anche fredde.

