Polpette di lupini

Data: 6 agosto 2019 | Autore: Maria Concetta Pelle



Vi presento una ricetta sulle polpette diversa dal solito, osando un abbinamento strano ma dal piacevole sapore: le polpette di lupini.

Ingredienti (per 4 persone): 250 g di lupini

50 g di pancarrè
2 uova
30 g di pecorino
50 g di formaggio(edam, gouda, ecc.) alla julienne
35 g circa di pangrattato
timo
olio friggere q.b.

Procedimento:sgusciate i lupini e passateli in un mixer al fine di ottenere una purea. Trasferite la purea in una ciotola assieme all'uovo, pecorino grattugiato, formaggio tagliato alla julienne (lunghe striscioline sottili), timo, pangrattato e impastate il tutto. Aggiungete il pancarrè a pezzetti e amalgamate bene. Formate tante piccole polpette.

Rosolate le polpette in padella con olio bollente facendole dorare da entrambi i lati.

Per ottenere un piatto più leggero, potete cuocere le polpette in forno a 180°C per 15-20 minuti.

Servitele calde, con verdura di stagione o le classiche patatine fritte.

Maria Pelle

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/polpette-di-lupini/114221