

Polpette di carne e fave con sorpresa



Ingredienti: per 6 persone

500 gr di carne tritata

450 gr di fave fresche o

18 uova di quaglia a temperatura ambiente(altrimenti si rompono nella cottura)

4 uova bio

90 gr di pecorino romano

200 gr di pangrattato per la panatura

3 cucchiaini di paprika

1/2 spicchio d'aglio privato dell'anima

sale e pepe Q.b.

Olio di semi di arachide per friggere

Un ciuffetto di prezzemolo

Procedimento:

Lessiamo gli ovetti di quaglia, una volta cotti passiamo le uova sotto il getto dell'acqua fredda sgusciamole e teniamole da parte. Poi cuociamo a vapore le fave, scoliamole e mettiamole in un piatto per farle intiepidire, priviamole della pellicina e teniamole da parte.



grattugiamo il pecorino, poi tritiamo il prezzemolo, lo spicchio d'aglio e le fave spellate, aggiungiamo la carne e 2 uova al composto, saliamo, pepiamo e amalgamiamo bene tutti gli ingredienti.

Prepariamo in una fondina le 2 uova rimanenti sbattendole con una forchetta, e in un contenitore invece misceliamo il pangrattato con la paprika.

Con le mani inumidite, formiamo delle polpette rotonde, e inseriamo all'interno l'ovetto di quaglia sodo.



Passiamo le polpette prima nell'uovo sbattuto, poi nel pangrattato miscelato con la paprika e mettiamole man mano in un vassoio.



Per friggerle ho usato la friggitrice, e le ho fatte cuocere 8 min. ma Voi se ne siete sprovvisti potete friggerli in una padella con abbondante olio caldo, una volta pronte adagiamole ad asciugare su carta assorbente e portiamo in tavola...

Il piatto è pronto!!