Centro Tutela Consumatori Utenti
Finanziato dal MIMIT D.D. 12 maggio 2025

info@verbraucherzentrale.it

Polpette di arrosto avanzato

Carne e prodotti a base di carne
Per utilizzare gli avanzi di carne arrosto (della domenica) e il pane raffermo
Piatti cotti in padella
Ricetta basata su un'idea del Centro Tutela Consumatori Utenti

Per 4 porzioni:

- ca. 500 g di carne arrosto o altra carne cotta
- (anche salsicce cotte)
- 1 panino raffermo
- 1 uovo
- 4 CT di parmigiano grattugiato
- sale
- pepe
- 1 cipolla piccola
- prezzemolo fresco
- pangrattato (se necessario)
- farina
- olio per friggere

Preparazione:

Tritate l'arrosto e gli altri avanzi di carne molto finemente, idealmente con un coltello da taglio oppure passatela attraverso un tritacarne. Tagliate il pane in piccoli pezzi, mettetelo in una ciotola e immergetelo in un po' d'acqua. Dopo ca. 10 minuti, strizzate il pane e scolate il liquido in eccesso. Unite la carne, il pane, l'uovo e il parmigiano mescolando bene. Condite con sale e pepe. Sbucciate e tritate finemente la cipolla, tritate il prezzemolo e impastate energicamente. Se l'impasto non è abbastanza omogeneo e fisso, aggiungete 2 cucchiai di pangrattato. Con l'impasto formate delle palline, rotolatele in un po' di farina e poi appiattitele. Lasciate rosolare le polpette su entrambi i lati in una padella a fuoco medio con un po' di olio.

Tempo di preparazione: ca. 30 minuti