



Polpette di manzo al pomodoro

Cosa ti occorre (per 4 Porzioni)

- 1 confezione di macinata di manzo Rapelli
- 1 uovo grande
- 50g parmigiano grattugiato
- 6EL pangrattato
- 1EL prezzemolo tritato
- q.b. poco latte
- 500ml salsa di pomodoro
- 50ml acqua
- 1 spicchio d'aglio
- q.b. olio extravergine di oliva
- q.b. noce moscata
- q.b. sale e pepe

Preparazione

1. Riunire in una ciotola capiente la carne macinata, l'uovo, il parmigiano, il prezzemolo, il pangrattato, una generosa grattugiata di noce moscata, sale e pepe e impastare con le mani; unire qualche cucchiaino di latte fino ad ottenere un composto morbido e omogeneo ma non appiccicoso.
2. Con le mani umide formare delle polpette rotonde poco più piccole di una noce, arrotolarle tra i palmi delle mani fino ad esaurire l'impasto.
3. Scaldare 4 cucchiaini di olio con lo spicchio d'aglio schiacciato in una larga padella antiaderente. Far insaporire per pochi istanti e aggiungere le polpette una di fianco all'altra (non devono sovrapporsi).
4. Rosolarle per un paio di minuti da entrambi i lati, rigirandole delicatamente; poi aggiungere la salsa di pomodoro e l'acqua.
5. Condire con sale e pepe, coprire la pentola e fare cuocere a fiamma molto bassa per circa 20 minuti, rigirando delicatamente le polpette a metà cottura.
6. Guarnire con qualche foglia di prezzemolo e servire.

