

Polpettine



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 30min , Tiempo de cocción: 10min

Tiempo total: 40min , Número de porciones: 4

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/polpettine>

Preparación

En un bol mezclar la carne picada con el huevo, el queso rallado, la manteca derretida y los condimentos. Amasar con la mano para amalgamar bien, dejar reposar en heladera por media hora y luego hacer pelotitas del tamaño de una nuez. Sellarlas apenas en una sartén bien caliente con un hilo de aceite y reservar. En una cacerola poner a hervir abundante caldo de verduras y cuando rompa el hervor, volcar los polpettine, dejar cocinar por 10 minutos y servir con un poco del caldo y arroz integral cocido.

Ingredientes

- 200 grs. Carne picada de ternera
- 1 Huevo
- 50 grs. Queso Parmesano
- 30 grs. Manteca
- 1 poco Sal
- 1 poco Nuez Moscada
- Caldo de verduras c/n
- 4 pocillos Arroz integral

Categorías

Un día normal, Todo el año, Económico, Cereales, pastas y arroz, Carne, Comida para todos los días, Familia

