

Polpette di carne in umido con cous cous

Scritto da Cristina Bruno

Venerdì 31 Agosto 2012 11:28 - Ultimo aggiornamento Venerdì 31 Agosto 2012 11:37

Polpette di carne in umido con cous cous

Che si usi il macinato o la carne lessa, le polpettine sono sempre un piatto stuzzicante. Si possono friggere oppure cuocere nella passata di pomodoro. Io le propongo in umido accompagnate dal cous cous.



Dosi per quattro persone: 400 gr di carne lessa, 250 gr di salame nostrano 100 gr di formaggio grana, 2 spicchi d'aglio, un ciuffo di prezzemolo, sale, pepe, 2 uova, pangrattato q.b., passata di pomodoro, 400 gr di cous cous, 40 gr di burro.

Preparare una terrina con tutti gli ingredienti ben sminuzzati. Mescolare ed eventualmente aggiungere pan grattato fino ad ottenere un impasto omogeneo non troppo denso. Formare delle polpettine e cuocerle nella passata di pomodoro. Far rinvenire il cous cous e ripassarlo in padella con il burro. Servire caldo.