



Polpettine sfiziose di pollo

Ingredienti

300 g macinato di pollo
2 fettine di prosciutto cotto
3 cucchiaini di verdure lesse a pezzetti (zucchine, carote, patate, ecc...)
1 uovo
2 cucchiaini colmi di parmigiano
un po' di mollica
poco latte
sale
poco olio

Ricetta appetitosa indicata per i bimbi che non gradiscono le verdure.

Tritare il prosciutto cotto e in una terrina, impastarlo insieme alla carne, alle verdure a pezzetti, alla mollica del pane bagnata nel latte e ben strizzata, all'uovo, al parmigiano. Salare e formare delle polpettine. Se l'impasto dovesse risultare troppo morbido si può aggiungere un po' di pangrattato.

Cuocere le polpettine in una padella antiaderente con un po' di olio, a fuoco basso, rigirandole di tanto in tanto.