

Polpette di pesce

Categoria: Ricette per Bambini - Secondi Piatti



Informazioni Generali

Preparazione: 30 min	Cottura: 4 min
Costo: Medio	Difficoltà: Bassa



Le polpette di pesce sono croccanti polpettine aromatiche preparate con del buon merluzzo e arricchite con pane e con un trito di timo e prezzemolo.

Le polpette di pesce possono essere realizzate in piccole dimensioni (come in questa ricetta) e in questo caso saranno ottime da servire come antipasto, calde o tiepide, oppure nelle dimensioni di una classica polpetta da servire come secondo piatto.

Le polpette di pesce, che possono essere cucinate sia fritte sia al forno, piaceranno tantissimo anche ai bambini!

Ingredienti per 60 polpettine:

>> Aglio 1 spicchio	>> Parmigiano Reggiano grattugiato, 80 gr	>> Sale q.b.
>> Farina q.b.	>> Pepe q.b.	>> Timo qualche rametto
>> Merluzzo filetto, 700 gr	>> Prezzemolo 1 ciuffo	>> Uova 2
>> Pane mollica, 100 gr		

...per friggere

>> Olio di semi q.b.

Preparazione



Per preparare le polpette di pesce iniziate ponendo in un mixer la mollica di pane (1), frullatela finemente (2) e mettetela in una ciotola. Private delle lisce i filetti di merluzzo con l'aiuto di una pinzetta e tritateli finemente con un coltello, oppure metteteli nel mixer per qualche secondo (3).



Mischiate in una ciotola il merluzzo tritato con il pane, aggiungete le foglioline di timo, il prezzemolo tritato, l'aglio schiacciato e il formaggio grattugiato (4). Unite quindi le due uova (5) e aggiustate di sale e di pepe (6).



Mescolate bene per amalgamare il tutto e con le mani formate delle piccole palline con l'impasto (7). Passate le palline nella farina (8), scuotendole poi con l'aiuto di un colino per eliminare quella in eccesso e friggetele in olio di semi ben caldo per circa 3 minuti. Quando le polpette saranno dorate estraetele dall'olio con l'aiuto di una schiumarola e posatele su della carta assorbente (9) per far loro perdere l'olio in eccesso. Gustate le polpette di pesce calde o tiepide!

Consiglio

Le polpette di pesce possono essere cotte anche in forno: ungete una teglia con dell'olio extravergine di oliva, ponetevi le polpette infarinate e cuocetele per circa 20 minuti a 180°C ricordandovi di girarle di tanto in tanto.

Consigli per gli acquisti



Friggitrice HD9220/40 con capacità 2,2 Litri, Potenza 1425 Watt. Indicatore temperatura, segnale acustico di fine programma, avvolgicavo, accessori lavabili in lavastoviglie, termostato regolabile, impugnatura Cool Touch, dispositivo pilot light acceso / spento, gommini antiscivolo, tecnologia Rapid Air. Ricettario, Piedistallo per alimenti. Spegnimento automatico. Colore Bianco / lavanda.

[Prodotto scelto per te da ePRICE. Vedi dettagli.](#)