



RICETTA: POLPETTE DI CECI ALLA GRECA



Portata: Contorni
Olio Bertolli: Classico
Difficoltà: Media
Tempo di preparazione: 30 min.
Piatto vegetariano

Ingredienti per 4 persone:

- 300 g di ceci secchi
- olio extravergine BERTOLLI CLASSICO q.b.
- 2 cipolle
- 2 spicchi d'aglio
- 2 foglie di salvia
- 3 cucchiai di prezzemolo tritato
- 1 uovo
- 80 g di farina
- sale
- pepe

Olio consigliato:



Classico

Preparazione:



Ammolla i ceci in acqua tiepida per tutta la notte. Metti i ceci in una pentola a pressione con 1,5 litri d'acqua (1) e falli lessare calcolando 15 minuti dall'inizio del fischio. Scola i ceci (2) tenendo da parte 4 cucchiai del liquido di cottura e frullali nel mixer con il liquido tenuto da parte (3).



Monda, trita le cipolle e falle appassire in una padella con 2 cucchiai d'olio extravergine BERTOLLI CLASSICO. Unisci l'aglio sbucciato e tritato, la salvia tritata, il prezzemolo (4). Aggiungi ai ceci l'uovo (5), la farina, le cipolle con le erbe, regola di sale e pepe e amalgama bene il tutto (6).



Forma delle polpette aiutandoti con due cucchiari (7) e lasciale friggere in abbondante olio extravergine BERTOLLI CLASSICO (8) finché saranno ben dorate, quindi scolale su carta da cucina (9).