

## POLPETTINE DI MIGLIO CON SALSA DATTERINO



Cassandra di Raccolto e Cucinato ci propone una ricetta saporita e in cui il sapore fresco della salsa datterino si sposa alla perfezione con le fragranti polpettine di miglio.



Facile



45'



Secondo  
Piatto Unico

### INGREDIENTI (2 PERSONE)

- 150 ml [Passata di Datterino 570 g](#)
- 1/2 cucchiaino Curcuma
- 1 o 2 cucchiaini, all'occorrenza Farina di riso
- 60 g Miglio
- q.b. Olio EVO
- 1 pizzico Pepe
- 80 g Pomodori secchi
- 3 ciuffetti Prezzemolo
- 2 cucchiaini Tahina (da sostituire all'uovo per la versione vegan)
- 1 Uovo
- 1 Zucchini

### PRODOTTO USATO PER QUESTA RICETTA:



### PREPARAZIONE

#### PER LE POLPETTE:

1. Cuocere il miglio per assorbimento in acqua fredda (60 g di miglio/240 ml di acqua) per 15 minuti.
2. Grattugiare la zuccina e cuocerla in padella con un filo di olio EVO per 3-4 minuti.
3. In una ciotola, unire le zucchine, il miglio, il prezzemolo tritato, la curcuma, un pizzico di pepe e la crema tahina oppure l'uovo, ed eventualmente la farina qualora servisse per compattare le polpette. Amalgamare il composto con le mani e formare 10-12 polpette; cuocere in padella in olio EVO qualche minuto per lato.

#### PER LA SALSA:

1. Mettere in ammollo in acqua tiepida i pomodori secchi e lasciarli dissalare. Versare nel frullatore i pomodori secchi reidratati e opportunamente risciacquati, l'olio EVO e la passata di datterino.
2. Frullare per pochi secondi fino ad ottenere una salsa cremosa.

Servire i burger accompagnandoli con la salsa di datterino e, se piace, qualche fogliolina di menta.