

POLPETTE AL SUGO



Le **Polpette al Sugo** sono un secondo piatto nutriente e ben bilanciato, preparato in molte regioni italiane in diverse varianti, amato da tutti: grandi e bambini.

Fanno parte della [cucina laziale](#) cosiddetta “povera” perché spesso venivano preparate con carni più povere come maiale.

Le Polpette risultano tenere, morbide e saporite perché cotte direttamente nel sugo, preparato semplicemente con l’ottima Pura Passata De Rica, aglio e insaporito con sale e pepe.

Dalle dosi indicate nella ricetta si otterrà una porzione di circa 4 polpette a testa ed una generosa dose di sugo da gustare obbligatoriamente con una bella “scarpetta” finale.



Facile



45'



Secondo

INGREDIENTI (INGREDIENTI PER 4 PERSONE)

- 700 gr [Passata 700 g](#)
- mezzo bicchiere Acqua
- 2 spicchi Aglio
- 3/4 cucchiaini Olio extra vergine di oliva
- q.b. Parmigiano Reggiano da grattare sulle polpette
- a piacere Prezzemolo tritato
- q.b. Sale e Pepe

Polpette

- q.b. Acqua per ammorbidire il pane
- 1 spicchio Aglio
- 1 fetta Pane casereccio raffermo (circa 100 gr)
- 50 gr Parmigiano Reggiano
- 200 gr Polpa di manzo tritata
- 200 gr Polpa di vitello tritata
- 1 ciuffo Prezzemolo fresco
- q.b. Sale e Pepe
- 1 Uovo

PRODOTTO USATO PER QUESTA RICETTA:



PREPARAZIONE

Ammorbidite il pane raffermo in una ciotola con l’acqua, quindi strizzatelo e spezzettatelo con le mani. In una ciotola capiente inserite le carni macinate, il pane, il parmigiano, il prezzemolo tritato, l’uovo, insaporite con il sale e pepe e impastate per bene.

Formate con le mani delle palline di impasto di circa 5 cm di diametro.

Formate tutte le polpette con l’impasto di carne.

Preparate il sugo.

In un tegame fate appassire due spicchi di aglio con l’olio. Aggiungete la pura [Passata di Pomodoro De Rica](#) e un mezzo bicchiere di acqua (leggere la nota), e fate cuocere per circa 10 minuti. Salate e pepate.

Aggiungete le polpette e lasciatele insaporire qualche minuto. Finite di cuocere con coperchio, a fiamma bassa, mescolando le polpette

delicatamente di tanto in tanto, fino a quando il sugo non si sarà leggermente asciugato e le polpette non risulteranno morbide (circa 15 minuti)

Disponete le polpette sul piatto (meglio se una ciotola), unite qualche cucchiata di sugo e aggiungete del parmigiano grattugiato fresco e del prezzemolo tritato.

Note:
(*) al posto dell'acqua si può usare anche del latte fresco.
(**) come facevano le nonne di solito la bottiglia di Polpa veniva "sciacquata" aggiungendo acqua e poi questa aggiunta nel tegame.

Ricetta creata da Fedora D'Orazio di Cappuccinoecornetto.com

© 2019 Consorzio Casalasco del Pomodoro Soc.Agr.Coop. C.F. e P.IVA e Reg. Imprese: 00325250199 - R.E.A. CR 98044