



CUCINA CON NOI!

Verduri con polpettine di ceci e arachidi

INGREDIENTI

1,2 kg di Verduri Zucca e Carote Orogel

200 g di Ceci al Naturale Orogel

100 g di arachidi tostate

1 cucchiaio di Scalogno Orogel

glassa di aceto balsamico

olio extravergine d'oliva

timo fresco

sale e pepe



30



4



Media



Primi Piatti



Padella

Preparazione

- 1 Lessate i ceci in acqua leggermente salata per circa 3 minuti.
- 2 Frullate 40 g di arachidi fino a ridurle in polvere, unite i ceci scolati, 2 cucchiaini di olio e lo scalogno; frullate il tutto unendo qualche cucchiaino d'acqua fino a ottenere una crema liscia e piuttosto soda. Aggiustate di sale e pepe.
- 3 Formate delle palline grandi come nocchie e adagiatele man mano su una teglia ricoperta di carta forno spennellata d'olio.
- 4 Spolverizzatele con le arachidi avanzate precedentemente tritate. Cuocetele in forno a 170°C per 10 minuti.
- 5 Cuocete il Verduri in una padella a fuoco medio, mescolando ogni tanto, per circa 8 minuti.
- 6 Versate la crema nelle fondine, lasciate cadere qualche goccia di glassa di aceto balsamico e sistematevi le polpettine. Cospargete con foglioline di timo e servite.

