

Le Ricette

Tutto il buono del mondo in un blog

Polpette con lenticchie, verdure e patate

Strawberry · Tuesday, December 6th, 2011

Ingredienti:(4 persone)

- una zucchina
- un porro
- 2 carote
- 50gr lenticchie rosse
- 200gr patate
- timo
- pangrattato
- olio extravergine
- insalata mista,
- aceto balsamico
- sale pepe

Preparazione:

Immergete le lenticchie rosse in acqua per un'ora. Lavate e grattugiate in una ciotola le patate, la zucchina, la carota, tagliate a pezzettini piccoli il porro, aggiungete le lenticchie rosse sgocciolate, qualche fogliolina di timo tritato, sale e pepe, amalgamate per bene il composto, formate delle polpette, passatele nel pangrattato e friggetele da entrambi i lati in una padella con olio caldo, fatele scolare su carta assorbente e adagiatele su di un piatto con l'insalata lavata e condita con un filo di aceto balsamico.

This entry was posted on Tuesday, December 6th, 2011 at 7:42 pm and is filed under [Italiane](#), [Ricette](#), [Secondi](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.