

Polpette di carne con carciofi



Simpatiche e sfiziose, queste polpette di carne con carciofi sono perfette come aperitivo, come antipasto oppure come secondo se accompagnate da un contorno. Sono molto semplici e veloci da preparare, la cottura al forno garantisce poi un risultato perfetto, leggermente croccanti fuori e morbide dentro. La ricetta è molto leggera, non prevede l'aggiunta di uova, né di pane, per amalgamare il composto vengono utilizzati i carciofi e del pangrattato.

Ingredienti per 10/11 polpette

350 g di carne macinata
3/4 carciofi
120 g di formaggio tipo galbanino
pangrattato
sale
olio

Per prima cosa pulire i carciofi. Preparate subito una ciotola con acqua fredda e il succo di un limone, in modo che i carciofi puliti non anneriscano.

Eliminare le foglie più esterne e la punta. Tagliare ogni carciofo a metà ed eliminare la peluria interna,

ritagliare poi a spicchi. Mettere i carciofi puliti nell'acqua con il limone e poi lavare sotto l'acqua corrente.

Tagliare gli spicchi di carciofi e i gambi in piccoli pezzettini. Trasferirli in una padella, aggiungere olio, sale, un bicchiere di acqua e cuocere per circa 20 minuti, fino a che non risultano morbidi.



Tagliare il formaggio in piccoli pezzettini e tenerlo da parte.



In un piatto lavorare la carne macinata, aggiungere un po' di pangrattato e metà dei carciofi. Amalgamare bene il composto.



Prendere piccole porzioni di carne, schiacciarle fra le mani e aggiungere al centro qualche pezzettino di carciofi e qualche pezzettino di formaggio. Chiudere bene la polpetta e passarla nel pangrattato. Procedere con la realizzazione di tutte le polpette.



Trasferire le polpette in una teglia ricoperta con carta da forno e cuocere in forno ventilato già caldo a 180° per circa 20 minuti. Per un piatto completo accompagnare le polpette con delle chips di patate al forno.



[Torna alla Home](#)

[Vedi altro in Aperitivo, Apericena e Brunch](#)

[Vedi altro in Antipasti](#)

[Vedi altro in secondi](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)