



# Polpette di fagioli e melanzane

RICETTA SCOLASTICA

Ingredienti:  
per una porzione

40g Fagioli Borlotti o Cannellini

35g Melanzana

25g Pomodoro ramato

15g Porro

10g Pangrattato

Origano q.b.

Olio EVO q.b.

Alloro q.b.

Sale q.b.





# Polpette di fagioli e melanzane

RICETTA SCOLASTICA

## Procedimento:

Iniziate con la cottura dei fagioli (se usate quelli secchi prevedete almeno 12 ore di ammollo in acqua fredda). In una pentola mettete l'acqua (in rapporto 1/2 rispetto ai fagioli), aggiungete l'alloro e fate cuocere per circa 20 minuti. Una volta cotti tritateli e lasciateli da parte.

Ora procedete con la brasatura delle verdure.

Prendete una padella e mettete a rosolare il porro, precedentemente pulito e tritato finemente, con un filo di olio EVO. Aggiungete le melanzane e i pomodori a cubetti e l'origano. Salate e lasciate brasare per 15 minuti.





# Polpette di fagioli e melanzane

RICETTA SCOLASTICA

## Procedimento:

Una volta brasate trasferite il tutto in una terrina aggiungendo anche i fagioli cotti tritati.

Mescolate e amalgamate per bene tutti gli ingredienti fino ad ottenere un composto omogeneo. Controllate il sale e nel caso aggiungetene. Preparate una teglia foderata con carta da forno cosparsa da un filo d'olio EVO.

Formate ora le polpette e disponetele sulla teglia da forno. Successivamente infornate a 180°C per 15 minuti circa fino alla doratura desiderata.

Ora sono pronte per essere servite!

