

POLPETTE DI LENTICCHIE CON PURÈ DI PATATE

Ingredienti per 5 persone:

- 500 g lenticchie
- 5 cucchiaini di farina di mais fioretto (farina molto fine)
- 50 g carota
- 50 g cipolla
- 50 g sedano
- 4 cucchiaini di olio di oliva extravergine
- sale q.b.

Preparazione:

Bambini per preparare questa ricetta fate lessare le lenticchie con cipolla, sedano, carota, poi unite e frullate in un frullatore le lenticchie ben scolate dal loro liquido di cottura, 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva, 4-5 cucchiaini di farina mais fioretto, un pizzico di sale. Lavorate tutto fino a ottenere un composto morbido. Con l'aiuto di uno stampino, formate delle polpette e fatele cuocere con un filo d'olio in una padella ben calda fino a quando non si sarà formata una crosticina croccante.



Ingredienti per il purè :

- 500 g patate bianche
- 150 ml latte
- 40 g burro
- sale q.b.

Preparazione:

Prendete le patate, pelatele e lessatele in acqua salata per 30 minuti, scolatele e poi schiacciatele. Aggiungete poco alla volta il latte, mescolate per 3-4 minuti dopo di che toglietelo dal fuoco, aggiungete parmigiano reggiano. Mettete le patate in una pentola a fuoco basso, aggiungete una noce di burro il sale e mescolate.

BUON APPETITO!!!

