

SECONDI DI CARNE

Polpettine vietnamite

Origine: Vietnam

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

20 min

COTTURA

20 min

Ingredienti per 4 persone

Carne di maiale magra tritata	400 g
Cipollotto	1
Aglio	2 spicchi
Albumi d'uovo	2
Radice di zenzero fresca	3 cm
Sale	
Pepe	

Preparazione

- 1 Pelate l'aglio e il pezzetto di zenzero. Spremete l'aglio con l'apposito attrezzo e tritate molto finemente lo zenzero. Mondate il cipollotto e sminuzzatelo.
- 2 Trasferite tutto in una ciotola e unitevi la carne tritata; impastate i vari ingredienti con una forchetta. Aggiungete a poco a poco gli albumi leggermente sbattuti e continuate a mescolare con cura.
- 3 Alla fine, è preferibile lavorare l'impasto con le mani. Unite quindi fino a 10 cl d'acqua gelata, un cucchiaino per volta, mescolando, sempre con le mani.
- 4 Alla fine, salate e pepate. Formate delle polpettine e deponetele su un piatto ben oleato. Lessate le polpette in acqua bollente salata e cuocetele per 3 minuti dopo che sono venute a galla.
- 5 Sgocciolatele e infilatele, a tre a tre, su spiedini di legno. 10 minuti prima di servire, fatele dorare da tutti i lati sotto il grill del forno oppure sulla griglia del barbecue.