

SECONDI DI POLLAME

Tacchino al dragoncello

DOSI

6 persone

PREPARAZIONE

35 min

COTTURA

1 h 30 min

CALORIE

285 kcal

Ingredienti per 6 persone

Fesa di tacchino	400 g
Formaggio Pecorino Romano	100 g
Pangrattato	100 g
Limoni	2
Scalogno	1
Aceto al dragoncello	2 cucchiari
Uova	3
Farina integrale di grano	50 g
Dragoncello fresco	1 mazzetto
Timo	3 rametti
Sale	
Pepe nero	
Brodo (o succo di limone)	

Preparazione

- 1 Legate la fesa di tacchino come un arrosto, salate, pepate e mettete in un cartoccio di carta oleata con i limoni divisi in quattro, il timo e lo scalogno a fettine.
- 2 Sigillate bene il cartoccio e cuocete in forno a 200 gradi per circa un'ora. Quando l'arrostino sarà pronto, tritatelo nel robot da cucina e unitelo al pecorino grattugiato, le uova, il pangrattato, l'aceto, il dragoncello tritato.
- 3 Impastate bene tutti gli ingredienti con le mani e ricavatene piccole polpettine rotonde che passerete, una a una, nella farina integrale.
- 4 Rosolate le polpettine a fuoco basso nello stesso sugo dell'arrosto, eventualmente allungato con poco brodo o succo di limone, a scelta. Servitele calde con un contorno di riso pilaf.