

ANTIPASTI

Crocchette impanate

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

1 h

CALORIE

382 kcal

Ingredienti per 4 persone

Patate	400 g
Spinaci	150 g
Formaggio parmigiano grattugiato	30 g
Uova	3
Farina bianca	
Pangrattato	
Noce moscata	1 grattatina
Olio d'oliva	abbondante
Sale	1 pizzico
Pepe	1 pizzico

PER ACCOMPAGNARE

Salsa di pomodoro

Preparazione

- 1 Lessate gli spinaci con l'acqua dell'ultimo risciacquo. Lavate le patate poi fatele lessare ponendole inizialmente in abbondante acqua fredda, leggermente salata.
- 2 Separatamente rassodate 2 uova, lasciandole cuocere per 10 minuti esatti dall'inizio dell'ebollizione poi raffreddatele, sgusciatele e passatele allo schiacciapate raccogliendo il ricavato in una ciotola.
- 3 Nella medesima unite anche le patate, che sbuccerete appena cotte e passerete allo schiacciapate. Passate gli spinaci al tritatutto e uniteli al resto.
- 4 Aggiungete infine anche il parmigiano, un pizzico di sale, pepe e una grattatina di noce moscata.
- 5 Amalgamate bene il composto fino a renderlo omogeneo poi dividetelo in 16 parti uguali, cui darete forma di polpettine rotonde (crocchette). Sgusciate in un piatto l'uovo rimasto, salatelo e battetelo con una forchetta.

- 6** Passate le crocchette prima in un poco di farina, poi nell'uovo e, infine, nel pangrattato. Friggetele in abbondante olio caldo e passatele a sgocciolare su un doppio foglio di carta da cucina.
- 7** Terminato di friggere, sistemate le crocchette su un piatto adeguato e servitele accompagnate dalla salsa di pomodoro calda.