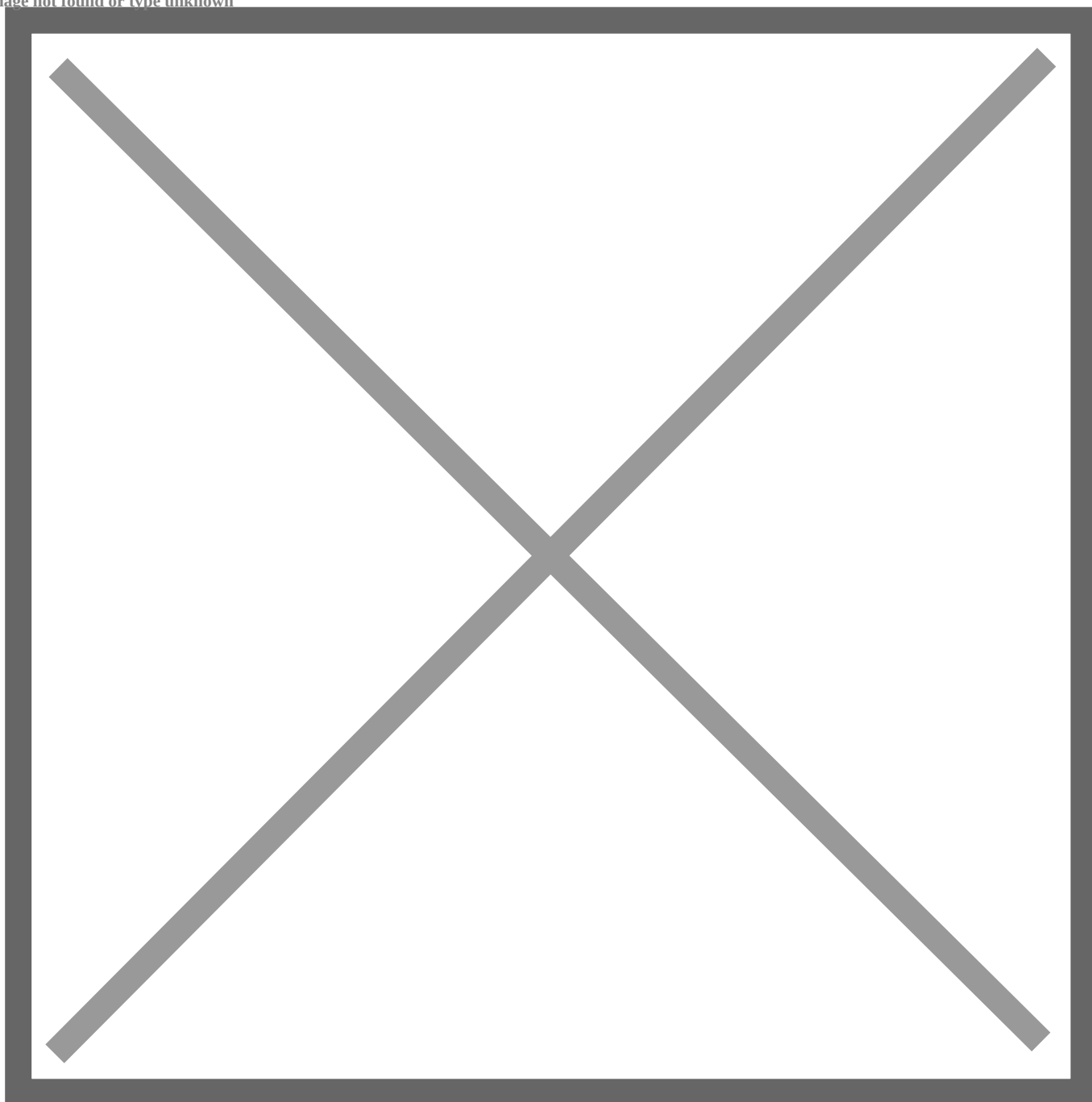


Morbidella di polpa di trota in crosta aromatica con salsa leggera

Image not found or type unknown



Ingredienti per 4 persone

- 250 g di polpa di trota
- 60 g di riso bollito
- 80 g di piselli bolliti
- 6 g di prezzemolo tritato

- sale, pepe
- 2 uova
- 60 g di farina
- 100 g di pane grattugiato
- 5 g di trito di salvia
- rosmarino
- ½ l di olio per friggere
- Per la salsa:
- 30 g di maionese
- 30 g di yogurt magro
- 2 g di trito di erba cipollina

Preparazione

Cuocete il riso in acqua bollente e giustamente salata, insieme ai piselli, Scolate il tutto e lasciare raffreddare. In una ciotola capace unite la polpa di trota al riso ed ai piselli, condendo con sale, pepe e prezzemolo tritato. modellate le piccole sfere, da 20g ciascuna, per poi lasciarle in frigo per 20 minuti. Tritate finemente la salvia e il rosmarino e mescolate al pane grattugiato. Sbatte le uova con poco sale. Prendete ogni singola morbidella, passatela prima nella farina, poi nell'uovo e infine nel pane grattugiato aromatizzato. Friggete in olio caldo a 168°C e lasciate dorare, poi sgocciolate (o sgrondate) e asciugate bene su carta assorbente. In una ciotola mescolate il trito di erba cipollina con lo yogurt e poi alla fine incorporate la maionese. Servite le vostre morbidelle calde con la salsa in accompagnamento.