



**POLPETTE**

**DI CECI**

**3 INGREDIENTI**  
**pronte in 15'**



# Polpette di Ceci in 5'

FACILI E VELOCI, PREPARALIE CON I BAMBINI!



## Ingredienti

450 CECI COTTI  
130 G QUINDA COTTA  
1 UOVO BIO  
TIMO FRESCO  
FARINA PER POLENTA O  
PANGRATTATO  
OLIO E SALE

## Preparazione

1. NEL MIXER RIUNISCI I CECI, IL TIMO
2. E L'UOVO.
3. AZIONA PER OTTENERE UN COMPOSTO OMOGENEO, REGOLA DI SALE
4. FORMA LE POLPETTE E DISPONILE IN UN PIATTO CON LA FARINA PER POLENTA O PANGRATTATO
5. TRASFERISCILE SULLA TEGLIA E IRRORA DI OLIO
6. CUOCI IN FORNO CALDO A 200° PER 20'



## Note Golose

SOSTITUISCI IL TIMO CON ORIGANO SECCO O FOGLIOLINE DI SALVIA E PROFUMA LE TUE POLPETTE A PIACERE! SERVILE CON YOGURT GRECO CONDITO CON SALE E OLIO, SENTIRAI CHE BONTÀ!