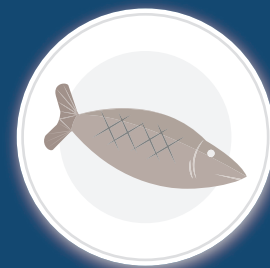


# Polpettine di merluzzo aromatiche

Ter  
mar



Tempo: 30min circa

Difficoltà: facile

Persone: 4

## Ingredienti:

700G DI FILETTI DI MERLUZZO  
100G DI MOLLICA DI PANE RAFFERMO  
10G DI PREZZEMOLO  
2 RAMETTI DI TIMO  
2 UOVA  
1 SPICCHIO DI AGLIO  
SALE  
PEPE NERO MACINATO  
100G DI FARINA DI FRUMENTO  
80G DI PARMIGIANO REGGIANO GRATTUGIATO  
OLIO DI SEMI PER FRIGGERE

## Preparazione:

Iniziate mettendo in un mixer la mollica di pane, frullatela finemente e mettetela in una ciotola.

Tritate finemente i filetti di merluzzo con un coltello, oppure metteteli nel mixer per qualche secondo. Meschiate poi in una ciotola il merluzzo tritato con il pane, aggiungete le foglioline di timo, il prezzemolo tritato, l'aglio schiacciato e il formaggio grattugiato. Unite a questo punto le due uova e aggiustate di sale e di pepe.

Mescolate bene per amalgamare il tutto e con le mani formate delle piccole palline con l'impasto.

Passate le palline nella farina, scuotendole poi con l'aiuto di un colino per eliminare quella in eccesso e friggetele in olio di semi ben caldo per circa 3 minuti.

Quando le polpette saranno dorate estraetele dall'olio con l'aiuto di una schiumarola e posatele sulla carta assorbente per eliminare l'olio di frittura in eccesso. Servite le polpette di pesce calde o tiepide e se volete evitare la frittura saranno gustosissime e delicate anche con la cottura al forno.