

Polpette di cavolfiore al sugo



Tempo di preparazione: 45 min

Difficoltà: Facile

Ingredienti

- Cavolfiore: 1
- Farina 00: q.b.
- Olio di semi: q.b.
- Olio extra vergine: 2 cucchiari
- Pangrattato: 2 cucchiari
- Parmigiano grattugiato: 4 cucchiari
- Pecorino grattugiato: 2 cucchiari
- Pepe nero: q.b.
- Prezzemolo: 1 rametto
- Sale: q.b.
- Uova: 2

For this recipe we used:

Passata Classica 250 ml



Preparazione

Le **polpette di cavolfiore** al sugo sono davvero deliziose! Cremose, facilissime e super saporite, questa è una di quelle ricette che una volta provate non lascerete più, sono un piatto genuino, semplice ma pieno di gusto, irresistibili!

Le polpette di cavolfiore al sugo sono semplicissime da preparare, come prima cosa lavate, pulite e tagliate a ciuffetti il cavolfiore e fatelo cuocere in una pentola con abbondante acqua o al vapore, lasciatelo leggermente al

dente. Frattanto, in una ciotola sbattete le uova insieme al parmigiano e al pecorino, aggiungete il pangrattato, il prezzemolo sminuzzato, sale e pepe.

Quando il cavolfiore sarà cotto, scolatelo per bene e schiacciatelo con una forchetta o con lo schiacciapatate. Unite al cavolfiore gli ingredienti mischiati in precedenza e realizzate le polpette.

Infarinate le polpette di cavolfiore e frigatele in padella in olio di semi ben caldo. In alternativa, potete cuocerle in forno preriscaldato a 200 gradi per circa 20 minuti.

In una padella mettete la **Passata Classica di Pomodoro**, l'olio, un pizzico di sale e aggiungete le polpette.

Chiudete con il coperchio e lasciate cuocere le polpette di cavolfiore al sugo per 10 minuti, giusto il tempo di far restringere la passata.

Le polpette di cavolfiore al sugo sono pronte, gustatele ben calde, sono troppo buone!