

Polpette ai funghi

FACILE · SALATO · AUTUNNO · INVERNO · INTERMEDIA

1 ora e 20 min in tutto (1 ora preparazione · 20 min cottura) · 4 porzioni

PORZIONI 4

Ingredienti

Carote	2
Ceci	1 barattolo
Cipolle	1
Funghi	500 g
Pangrattato	400 g
Uova	1
Aglio in polvere	q.b.
Olio	q.b.
Paprika forte	q.b.
Pepe	q.b.
Sale	q.b.
Salsa di soia	q.b.

Preparazione

1. Pulire e tagliare i funghi. Metterli in padella con un giro d'olio, pepe, paprika e aglio.
2. Cuocere a fuoco alto per circa 5/10 minuti mescolando frequentemente. L'acqua che perdono deve evaporare man mano, non devono mai bollire ma dorarsi.
3. Spegnere il fuoco e solo adesso aggiungere il sale e due giri di salsa di soia in modo che non si bruci.
4. Nel mentre unire in un mixer le carote e frullare fino ad ottenere dei pezzi molto piccoli. Trasferire in una ciotola.
5. Fare la stessa cosa con la cipolla. Trasferire nella ciotola.
6. Frullare i funghi precedentemente cotti in modo che rimanga qualche pezzettino e non diventi una crema liscia. Trasferire nella ciotola.
7. Frullare i ceci e trasferire nella ciotola.