

Spiedini di polpette al rosmarino

Categoria: Portate - Carne



Informazioni Generali

Preparazione: 15 min	Cottura: 10 min	Dosi per: 4 persone
Costo: Basso	Difficoltà: Bassa	

Gli **spiedini di polpette al rosmarino**, fanno parte di quei secondi di carne che si preparano in modo semplice e veloce, anche all'ultimo momento; la cottura alla piastra degli spiedini è inoltre una salutare variante per gustare tutta la bontà delle polpette evitando la frittura.

Questi spiedini si preparano con pochi ingredienti, infilando le polpettine su rametti di rosmarino sfoltiti che, durante la cottura, conferiranno alla carne un gusto e un sapore particolarmente aromatico.

Accompagnati da una bella insalata mista, gli spiedini di polpette al rosmarino sono un secondo piatto fresco e originale.



Ingredienti

>> Carne di suino tritata 400 gr	>> Rosmarino 8 rametti (da circa 15 cm l'uno)
>> Cipolle di Tropea 1 media	>> Sale q.b.
>> Paprika in polvere 1/2 cucchiaino	>> Zucchero di canna 2 cucchiaini

Preparazione



Mettete in una ciotola la carne tritata, unite lo zucchero di canna, la paprika e il sale. Tritate molto finemente la cipolla (con l'aiuto di un mixer) e unitela alla carne.

Mescolate il tutto impastando con le mani fino ad ottenere un composto omogeneo con il quale andrete a formare 32 polpettine grandi come una piccola noce.



Prendete ora un rametto di rosmarino della lunghezza di circa 15 cm, eliminate un po' di aghi e infilate delicatamente, una dopo l'altra, 4 polpettine.

Quando infilerete le polpettine fatelo con delicatezza per evitare che il rosmarino si possa rompere: aiutatevi poggiando il rametto sulla mano o su un piano d'appoggio. Formate in questo modo gli altri 7 spiedini.

Fate scaldare una piastra (o una padella antiaderente): quando sarà ben calda adagiatevi gli spiedini e fateli cuocere per circa 8-10 minuti, girandoli su tutti i lati con l'aiuto di una paletta piatta. Servite immediatamente.

Consiglio

Per gli spiedini, cercate di trovare dei rametti di rosmarino piuttosto robusti e abbastanza lunghi, questo per evitare che si possano rompere quando andrete a infilare le polpettine; in alternativa se non volete utilizzare il rosmarino, potete tranquillamente sostituirlo con il classico **stuzzicadenti lungo per spiedino**.