

Polpette di merluzzo al curry



Ingredienti:

400 g filetti di merluzzo fresco o congelato

1 uovo

150 g yogurt greco

1 cucchiaino curry

1 cucchiaino maizena

sale, pepe, erba cipollina

Mettete nel tritatutto i filetti di pesce freschi o congelati, il curry, la maizena, l'uovo, sale, pepe ed erba cipollina.



Tritate finché diventa omogeneo. Aggiungete lo yogurt greco.



Tritate ancora finché amalgamate bene. Formate delle polpettine schiacciate che mettete nella pentola fredda unta con olio. Lavorate con le mani unte d'olio per formare le polpette.



Coprite con Magic Cooker e cuocete sul fornello grande a fiamma alta 2 minuti poi fiamma bassa per 7 minuti. Spostate dal fuoco, aspettate 30 secondi e girate le polpette.



Coprite e proseguite la cottura per 7-8 minuti. Servite con riso in bianco.

Buon appetito con Magic Cooker!

Ricetta fatta da Eliza Sestov.