

Polpette in brodo di carne



Ingredienti:

2 ossa con midollo e carne

700 g macinato

200 g riso arborio

2 carote

1 cipolla grande e 1 piccola

1 costola di sedano

3 patate

2 fette di sedano rapa

2 uova

sale, pepe, prezzemolo

Mettete nella pentola le ossa lavate e circa 2 litri d'acqua fredda.



Coprite con Magic Cooker e mettete sulla fiamma alta finché fuoriesce il vapore, poi fiamma bassa per 15 minuti.

Pulite e lavate tutte le verdure e metteteli su un piatto.



Levate la schiuma e aggiungete le verdure intere ed il sale.



Alzate di nuovo la fiamma finché fuoriesce il vapore, poi fiamma bassa per 20 minuti. Non girate durante la cottura.

Togliete dal brodo la carne , la cipolla, 2 patate, 1 carota, il sedano rapa, che potete usare per preparare un'insalata russa.

Le verdure rimaste li frullate con il frullatore ad immersione per ottenere un composto liscio.



Per preparare le polpette : mescolate la carne macinata con il riso, sale, pepe, 2 uova, 1 cipolla piccola tritata finemente e lavorate con le mani per uniformare il tutto.



Poi con le mani bagnate formate delle polpette .



Queste polpette li buttate nel brodo senza sovrapporli. Alzate la fiamma finché fuoriesce il vapore, poi fiamma bassa per 15 minuti. Non mescolate durante la cottura. Spegnete la fiamma , aggiungete il prezzemolo tritato e lasciate riposare 2 minuti coperto.



Quando servite potete aggiungere nel piatto un po di succo di limone e anche un po di panna acida, a vostra piacere.



Buon appetito con Magic Cooker!

Ricetta fatta da Eliza Sestov.