

# Polpette con semi di sesamo e lino



## Ingredienti:

500 g carne tritata

2 carote

1 cipolla

3 fette pancarrè

4 spicchi d'aglio

1 uovo

sale, pepe, prezzemolo, timo

10 g semi di lino

10 g semi di sesamo

latte q.b.

Frullate le carote, la cipolla, l'aglio ed il prezzemolo.



In una ciotola mescolate il trito di verdure, la carne tritata, il pancarrè inzuppato nel latte e strizzato, l'uovo, sale, pepe, timo.



Amalgamate bene il tutto. Accanto preparate i semi mischiati.



Formate delle palline grandi quanto una noce piccola e passateli nei semi che si appiccicano.



Mettete l'olio a bagno, coprite con Magic Cooker e riscaldate a fiamma alta del fornello medio per 3 minuti. Alzate il coperchio e cuocete poche polpette alla volta a fiamma medio-alta per circa 2 minuti su lato. Togliete sulla carta assorbente. Accompagnate a piacere.

Buon appetito con Magic Cooker!

Ricetta fatta da Eliza Sestov.