



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE003180 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 12 Dic 2019 alle ore 12:17

da RITA DEL CASTILLO

Livello di difficoltà: Medio

Piatto tipico della stagione: Inverno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Felice

Polpette di sarde al marsala di Sicilia Florio

Tempo di preparazione: 1 ore

Ingredienti per 4 persone

500 g Sarde sfilettate e pulite
50 g Pane in cassetta
1 Uovo
q.b. Uvetta
q.b. Pinoli
q.b. Aglio
q.b. Menta fresca
q.b. Sale
q.b. Pepe
4 Cipolle bianche di media grandezza
q.b. Uva sultanina
200 ml Marsala Florio riserva (Marsala Florio)
q.b. Olio d'oliva
q.b. Farina

Preparazione

Per la ricetta ci sono 2 preparazione separate da incorporare a fine cottura.

1) preparazione: mondate e tagliate le cipolle bianche a fettine sottilissime, in un bicchiere mettere in ammollo l'uvetta sultanina per circa 10/15 minuti.

In una casseruola abbastanza capiente versate dell'olio di oliva e la cipolla tagliata precedentemente e rosolate, salate e pepate quanto basta, aggiungere l' uvetta sultanina con il suo marsala e cuocete a fuoco lento.

2) preparazione: in una ciotola abbastanza grande mettere i filetti di sarde precedente lavate e messe a scolare, aggiungete i pinoli e l'uvetta, l'uovo, la mollica, le foglie di menta tritata, uno spicchio d'aglio tagliato finemente, sale e pepe.

Impastate fino ad ottenere una massa compatta, formate delle palline (polpette) aiutandovi bagnando le mani nell'olio di oliva e spolverate con un po' farina.

In un padella abbastanza capiente friggere con un fondo di olio di oliva le polpette, appena saranno tutte rosolate, sfumare con un po' di marsala , aggiungere la cipolla messa da parte precedentemente. Cuocere per circa 10 minuti a fuoco dolce.