

Bocconcini di ceci al cumino

Un piatto semplice ed apparentemente povero, ma molto saporito. E' l'ideale per un buffet, perché si serve anche freddo e si può preparare con anticipo e trasportare senza problemi.



Ingredienti (per circa 20 pezzi):

- 400 gr di ceci in barattolo
- 2 patate medie
- 100 gr ricotta
- 2 uova intere
- 30 gr farina 00
- 30 pangrattato
- mezza cipolla bianca
- 1 cucchiaino di cumino
- prezzemolo, sale, pepe
- rosmarino e sale grosso

Scolare i ceci, sciacquarli bene dall'acqua di vegetazione e lasciarli asciugare in un colino. Lessare le patate, scolarle, pelarle e lasciarle raffreddare. Mettere nel frullatore i ceci, le patate, la mezza cipolla a pezzi, il prezzemolo tritato e il cumino; avviare a velocità non troppo elevata e frullare brevemente per lasciare il composto piuttosto grossolano. Aggiungere ricotta e uova e amalgamare. Infine aggiungere la farina e il pangrattato, regolare di sale e pepe e frullare ancora. Valutare la consistenza, e se dovesse essere necessario, aggiungere ancora pangrattato a cucchiaiate fino ad ottenere un composto mediamente sodo. Formare delle

palline con le mani bagnate (circa della dimensione di una palla da golf) poi schiacciarle leggermente e disporle su una placca ricoperta da carta forno. Cospargere di sale grosso e rosmarino e infornare 30 minuti a 170° ventilato. Sfornare e servire tiepide o fredde.