

Polpette di merluzzo

Ecco una polpetta di pesce e patate, diversa dalle classiche polpette di carne, e molto gustosa. Ho usato il merluzzo per comodità, ma qualsiasi pesce bianco può andare bene (come il nasello o il pagello)



Ingredienti per 4 persone:

- 400 gr filetti di merluzzo
- 2 patate grandi (meglio quelle a buccia rossa, che sono più asciutte)
- 1 uovo intero + 1 per impanare
- 2 cucchiaini di prezzemolo tritato
- 100 gr olive nere denocciolate
- 1/2 spicchio d'aglio
- pangrattato per impanare + q.b. per l'impasto

Lessare le patate con la buccia finché non risultano tenere, poi scolarle e passarle al passapatate.



Tritare finemente il prezzemolo insieme all'aglio, spezzettare le olive tritandole grossolanamente.

Frullare il filetto di merluzzo con 1 uovo, poi aggiungere alle patate intiepidite, regolare di sale e pepe e, per ultimo, aggiungere aglio e prezzemolo e olive.



Impastare brevemente con le mani. A questo punto, se il composto risulta troppo appiccicoso da lavorare con le mani, aggiungere qualche cucchiaio di pangrattato (io ne ho usati 3), e impastare ancora. Lasciare riposare per circa 10 minuti per dare modo al pangrattato di assorbire l'umidità del composto.

Formare delle polpette e dare una forma schiacciata.

Passarle una ad una prima nell'uovo sbattuto poi in abbondante pangrattato, e friggere in olio di semi ben caldo fino a doratura.

Servire subito.