

Le polpette di Nonna Albina

INGREDIENTI

Per le polpette

- 500 gr di carne macinata di manzo
- 3 uova medie
- un mazzetto di prezzemolo
- 2 spicchi d'aglio
- 1 cucchiaino di noce moscata
- 1 cucchiaino di sale
- 2/3 cucchiaini di pan grattato

Per il sugo

- ½ litro di salsa di pomodoro rustica e corposa
- 1 carota
- ½ cipolla
- 1 cucchiaio di olio EVO
- 1 cucchiaino di sale
- 1 cucchiaino di zucchero
- 1 spicchio d'aglio

PROCEDIMENTO

Iniziate preparando il sugo:

Tritate finemente una carota e mezza cipolla e mettete il trito a rosolare in una pentola con un cucchiaio di olio EVO. Quando le cipolle cominceranno ad imbiondirsi, aggiungete la salsa, il sale, lo zucchero e lo spicchio d'aglio. Coprite con un coperchio e fate cuocere a fuoco lento per almeno 30 minuti.

Nel frattempo preparate le vostre polpette:

Unite tre uova sbattute alla carne macinata, il prezzemolo e gli spicchi d'aglio tritati, il sale e la noce moscata e amalgamate il tutto. Ora unite uno alla volta i tre cucchiaini di pan grattato (se notate che dopo il secondo si riescono già a formare delle polpette morbide che non si sfaldano, fermatevi. Io ne ho usati 3 ma dipende molto dalla dimensione delle uova).

Formate le vostre polpette della dimensione che preferite e tuffatele nel sugo durante gli ultimi 10 minuti di cottura della salsa. Spegnete il fuoco dopo 10 minuti, saranno morbidissime.