

CHI HA PAURA DEL BROCCOLO? PARTECIPA ALLA SFIDA!

1

CUCINA

Prepara delle polpette spaventosissime e decorale con gli oggetti mostruosi da stampare e ritagliare

2

PSSST!

La ricetta delle polpette e le decorazioni le trovi sul sito scuolodussmann.it/halloween25 oppure, inquadrando il QRCode qui sopra

3

SEI PRONTO?

Scatta una foto al tuo piatto e pubblicala su Facebook e Instagram con l'aiuto dei tuoi genitori, taggando @Dussmann Italy, oppure inviala a comunicazione@dussmann.it

IL PIATTO PIÙ CREATIVO **VERRÀ PUBBLICATO** IN UN POST DI RINGRAZIAMENTO!

BUONA PAUR... EHM... DIVERTIMENTO!



POLPETTE DI BROCCOLI AL FORNO

INGREDIENTI

PER 4 PERSONE

800G	BROCCOLO
1	UOVO
80G	PARMIGIANO REGGIANO
Q.B.	BASILICO
Q.B.	OLIO EVO
Q.B.	PANE GRATUGGIATO
	SALE IODATO IN QUANTITÀ MODERATA

1

Per preparare le Polpette di Broccoli al Forno iniziate dalla pulizia del broccolo. Lavatelo e mondatelo con cura, eliminate il gambo e separate le cime.

2

Fatele cuocere al vapore fino a quando, infilzandole con una forchetta, risulteranno tenere.

3

Quando sono pronte lasciatele intiepidire, schiacciatele con una forchetta e trasferitele in una ciotola capiente.

4

Aggiungete l'uovo, il Parmigiano grattugiato, il basilico precedentemente tritato e mescolate per amalgamare.

5

A poco a poco aggiungete anche il pane grattugiato, lavorando per amalgamarlo. Aggiungetene solamente la quantità necessaria per ottenere un impasto asciutto, ma non troppo.

6

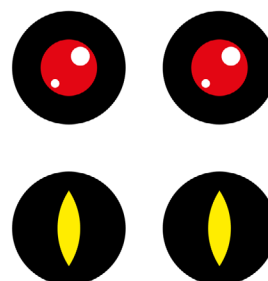
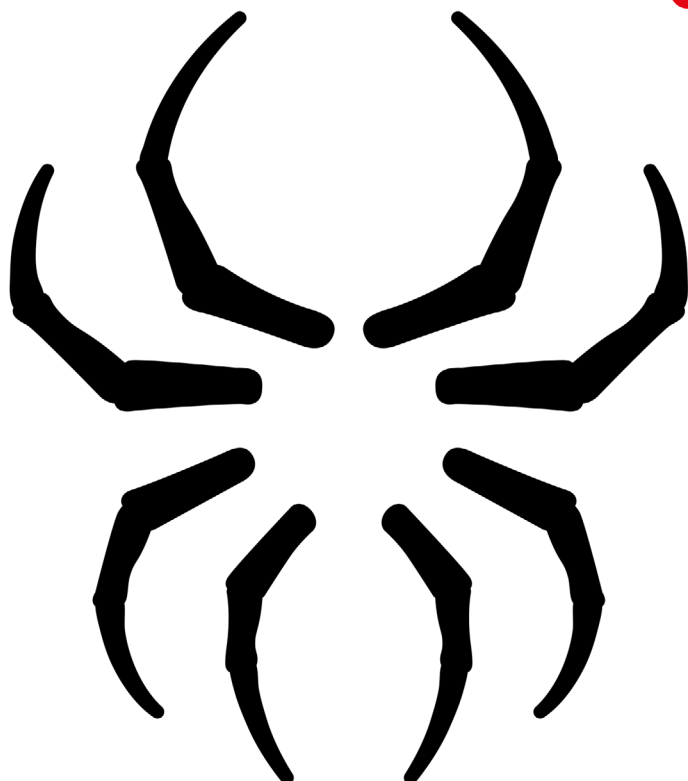
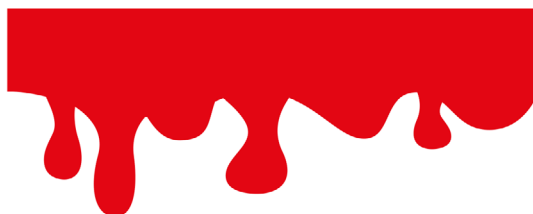
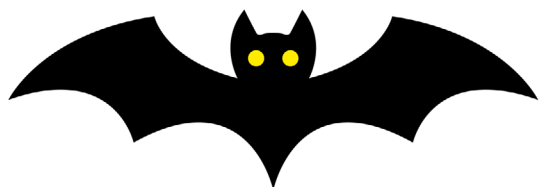
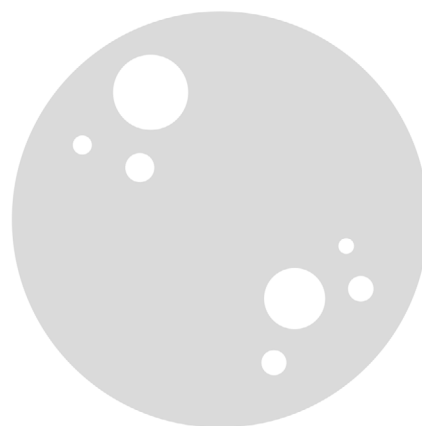
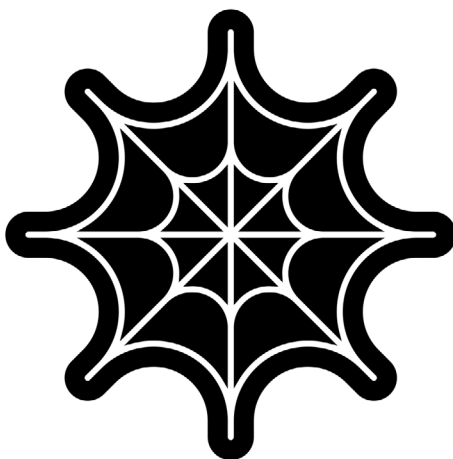
Aiutandovi con un cucchiaino, prelevate un po' di impasto e formate delle crocchette tutte più o meno della stessa dimensione.

7

Cuocete in forno preriscaldato a 180°C per circa 25-30 minuti, rigirando le crocchette a metà cottura in modo che cuociano uniformemente.

**CHI HA PAURA
DEL BROCCOLO?**

Dussmann



**CHI HA PAURA
DEL BROCCOLO?**