



GASTRONOMIA DEL PARAGUAY

CROCCHETTE DI MANIOCA RIPIENE DI CARNE

Questa è una ricetta di “crocchette con pasta di manioca (mandioca/yuca) e ripiene di carne“. Il ripieno può essere sostituito con quello che si preferisce carne di manzo, pollo o verdure, ecc.

Ingredienti per 12 crocchette :

Impasto :1 kg di manioca
(mandioca/yuca) bollita e macinata
2 tuorli d'uovo
1 cucchiaio di olio .
2 cucchiaini di sale fino

Ripieno :

650 g di carne macinata di prima qualità
1 cipolla
1 spicchio d'aglio
1 peperone
1 cucchiaino di sale fino
3 cucchiari di olio
prezzemolo tritato
1 pizzico di cumino
pepe qb.



Preparazione :

1 Fare una corona con la manioca macinata e nel centro mettere i tuorli d'uovo, olio e sale.

2 Mescolare e poi impastare fino ad ottenere un impasto omogeneo.

3 Soffriggere le verdure con olio e sale. Aggiungere la carne macinata e un po 'di brodo se necessario. Mescolare, aggiungere sale se necessario, aggiungere il cumino, il pepe e il prezzemolo tritato. Togliere dal fuoco e far raffreddare.

4 Prendere una porzione di pasta con le mani, appiattirla, collocarvi sopra 1 cucchiaio di ripieno, coprirlo con l'altra metà della pasta, sigillarne i bordi e suddividerla in varie porzioni dando loro la forma di crocchetta.

5 Friggere in abbondante olio caldo.

COLIDOLAT

vico San Luca 4/11 – 16124 Genova e-mail : colidolat@yahoo.it sito web : www.colidolat.org

C.F. 95093650109 – ISC.REG. ASS-GE-006-2010