



RICETTA 2^ CLASSIFICATA

Polpette con lo Pan ner e salmone su salsa tahina - di DE LUCA Maria Rosaria

URL del Blog <http://cucinacasareccia.it/>

Account social:

Facebook <https://www.facebook.com/CucinaCasarecciadiRosy/>

Profilo Facebook <https://www.facebook.com/cucinacasareccia3>

Instagram <https://www.instagram.com/cucinacasareccia3/>

Twitter <https://twitter.com/cucinacasareccia>

Permalink ricetta <http://www.cucinacasareccia.it/polpette-con-lo-pan-ner-e-salmone-su-salsa-tahina/>





INGREDIENTI PER CIRCA 20 POLPETTINE:

PER IL PANE:

550 g di farina di segale integrale
250 g di farina di grano tenero tipo 0
200 g di farina di grano tenero integrale
650 ml di acqua
20 g di sale
20 g di lievito di birra o 10 g di lievito di birra secco

PER LE POLPETTE:

320 g di salmone filetto
150 g di *pan ner* raffermo
1 uovo intero
erba cipollina q.b
pepe
curcuma

PER LA SALSA TAHINA:

100 g di semi di sesamo
20 ml di olio d'oliva o di semi o di sesamo

preparazione della ricetta finger food

POLPETTE CON LO PAN NER SALMONE SU SALSA TAHINA

Prepariamo il pane.

Inseriamo in una ciotola le tre farine; sciogliamo il lievito nell'acqua e versiamolo nelle farine. Mescoliamo un po' e poi aggiungiamo il sale. Impastiamo per 10 minuti e dopo averlo coperto con la pellicola, lasciamo lievitare per almeno 10 ore. Trascorso il tempo della prima lievitazione, ripieghiamo in 3 il nostro impasto e diamogli la forma tonda. Con un coltello formiamo una croce al centro e lasciamo lievitare per 2 ore. Poi riscaldiamo il forno a 180° e facciamo cuocere il nostro pane per 40 minuti con forno in modalità ventilato. Lasciamo indurire per almeno due



giorni la quantità di pane che necessita alla preparazione di questa ricetta, il resto vi consiglio di gustarlo come più vi piace, ma anche mangiarlo così è buonissimo.

Dopo due giorni prepariamo le polpette.

Mettiamo a bagno in acqua il pane raffermo. Eliminiamo la pelle dal nostro salmone e con un coltello riduciamolo come una poltiglia. Strizziamo il pane e mettiamolo in una ciotola, uniamoci il salmone e poi tutti gli altri ingredienti quali, l'uovo, l'erba cipollina spezzettata, la punta di un cucchiaino di curcuma e un pizzico di pepe. Amalgamiamo bene gli ingredienti, formiamo delle piccole polpette e friggiamole in olio caldo, ma non bollente. Rigiriamo per una cottura uniforme e una volta pronte, togliamo dal fuoco e poggiamo su carta assorbente, ma ancora calde ripassiamo le polpette nei semi di sesamo. Tranquilli se saranno pochi i semi di sesamo che resteranno attaccati alle polpette, basteranno!

Prepariamo la salsa.

Per preparare la salsa *tahina* potete anche seguire la ricetta che trovate sul blog. Tostiamo i semi di sesamo in una padella, a fuoco lento; una volta raffreddati tritiamoli finemente e continuando a tritare uniamoci, a filo, l'olio. La nostra salsa è pronta.

Per presentare al meglio il piatto ho preparato con due fette di pane un cestino contenitore per le polpette, vi spiego come ho fatto. Ho tagliato due fette sottili e le ho poggiate in una ciotolina e infornato a 200° per 10 minuti. Le ho lasciate raffreddare prima di rimuoverle dalla ciotola. A questo punto non ci resta che servire il nostro secondo piatto. Consigliate ai vostri commensali di immergere le polpette nella salsa tahina prima di gustarle, è un incontro di sapore unico.