

## POLPETTE DI MANZO E TOFU AL LIMONE E MENTA



Categoria: Carne

Data: 19.02.2018

---

### Ingredienti per 4 Persone al 100% (quantità netta)

0,5 kg		Carne macinata di manzo
160 g	5102G	Tofu naturale
0,5 pz.	5733B	Limone (scorza)
1 x	5633B	Condimento
0,5 dl	4105	Olio d'arachidi
		<b>PER LA SALSA</b>
1 x	5644B	Condire (succo di limone)
0,5 dl	6101	Vino bianco da cucina
2 cl		Fondo bruno chiaro
2 g		Menta fresca
1 x	5633B	Condimento

#### Mise en place

- Tagliare il tofu a cubetti
- Preparare la scorza e il succo di limone
- Unire la carne, il tofu, la salsa di soya, il condimento e amalgamare il tutto.
- Formare delle polpette di 70 g
- Tritare la menta

#### Preparazione

- Saltare le polpette in padella, a cottura ultimata toglierle e tenerle al caldo
- Deglassare con il vino bianco e il succo di limone
- Aggiungere il fondo bruno la menta e finire di gusto
- Unire le polpette alla salsa e servire