

Se anche a voi come me capita di avere piccoli avanzi di verdure varie, crude o cotte, fate come me: aggregatele e fatene PALLE! O se solo vi piace l'idea potete farle di sana pianta con questi

ingredienti
4 patate medie lesse
tenerumi (e in italiano come si chiameranno mai?)
1 spicchio d'aglio
cavolo cappuccio
pomodori/pomodorini
1 cipolla
giri
sale
olio d'oliva
pangrattato

preparazione

soffriggete lo spicchio d'aglio e poi infilateci dentro i tenerumi, aggiungete un po' d'acqua, un po' di sale e coprite tenendo a fuoco basso.
in un altro tegame, mettete con un filo d'olio la cipolla affettata, soffriggete leggermente e aggiungete il cavolo cappuccio tagliato a piccoli quadretti, appena l'olio sarà assorbito, aggiungete un bicchiere d'acqua, un po' di sale e coprite tenendo a fuoco basso. ogni volta che l'acqua si sta per asciugare aggiungetene altra, e ad un certo punto aggiungete i pomodori/pomodorini tagliati a tocchetti, e coprite. appena il cavolo cappuccio sarà appassito e tenero potete spegnere.
i giri potete semplicemente sbollentarli in acqua e sale.
appena tutte queste verdure saranno stufate e/o lessate, scolatele conservando da parte il brodino che ne avanza, e sminuzzatele con coltello e forchetta.
pelate le patate lesse e a mano schiacciatele facendone una poltiglia grossolana.
inserite tutte le verdure, patate comprese in una ciotola abbastanza grande da contenere tutto.
ebbene IMPASTATE A MANO... e tirate fuori dei mucchietti a forma di palla. mettete queste palle su un piatto e successivamente fatele rotolare allegramente in una ciotolina con del pangrattato.
appena saranno tutte ben impanate allora mettete sul fuoco un padellone antiaderente e appena caldo, passate le palle di verdura sul padellone fino a far dorare (ma io ho fatto tostare!) la panatura.

servite tiepide le vostre palle arrosto e buon appetito!