



Polpetone à Parmediana

www.receitasdafia.com/receitas/polpetone-a-parmediana

Prato tradicional da Itália o polpetone conquistou o paladar do mundo pois além de prático é simplesmente um bolinho de carne temperado e super saboroso. Aprenda a fazer essa delícia!

Polpetone à Parmediana

 45 min

 4 porções

Ingredientes

- 800g de [carne moída](#) de sua preferência
- 1 [ovo](#)
- 1/2 [cebola](#) picada
- 1/2 xícara (chá) de [cheiro-verde](#) picado
- 2 colheres (sopa) de [farinha de trigo](#)
- 2 colheres (sopa) de [farinha de rosca](#)
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- Óleo para untar
- 200g de queijo [mussarela](#) fatiado
- 1 lata de [molho de tomate](#)

Modo de Preparo

1. Em uma tigela, coloque a carne, o ovo, a cebola, o cheiro-verde, a farinha de trigo e a de rosca, sal e pimenta e misture até ficar homogêneo.
2. Pegue porções da massa com a mão e forme os porpetones.
3. Aqueça uma frigideira antiaderente com óleo, em fogo alto e frite os porpetones, aos poucos, até dourarem.
4. Coloque um ao lado do outro em um refratário untado com óleo.
5. Distribua a mussarela sobre os porpetones, regue com o molho e leve ao forno médio, preaquecido, por 15 minutos.
6. Bom Apetite

www.receitasdafia.com