

Polpettone Vegano di Verdure



TEMPI DI PREPARAZIONE 40 minuti

TEMPO DI COTTURA 1 ora e 20 minuti

Ingredienti per 4 persone

- / 800 g di patate
- / 3 carote
- / 3 zucchine
- / 2 gambi di sedano verde
- / 3 cipollotti
- / 100 g di LA TENEROTTA VALSOIA (1 confezione)
- / 2 cucchiaini di OLIO DI SOIA VALSOIA
- / Timo
- / Maggiorana
- / 4 cucchiaini di pangrattato

Procedimento

1. Lessate le patate intere e con la buccia. Nel frattempo, mondate e lavate tutte le verdure; tagliate i cipollotti a rondelle e le altre verdure a pezzetti, quindi mettetele in una padella con 1 cucchiaino di OLIO DI SOIA VALSOIA, coprite con un coperchio e proseguite la cottura per circa 20 minuti. Una volta cotte, tritatele con una mezzaluna.
2. A cottura ultimata, sbucciate le patate (dopo averle fatte raffreddare un poco) e schiacciatele con uno schiacciapatate.
3. Unite le verdure alle patate, mescolando bene, quindi amalgamate LA TENEROTTA VALSOIA al composto. Lavate il timo e la maggiorana, tritateli e distribuiteli sulle patate per aromatizzare.
4. Versate il composto sulla placca del forno coperta con carta forno e, con le mani, dategli la forma di un polpettone. Cospargete il polpettone con il pangrattato, irroratelo con l'OLIO DI SOIA VALSOIA rimasto e infornate a 180 °C per circa 40 minuti.
5. Servite il polpettone di verdure caldo o freddo, secondo il vostro gusto.