



Medaglioni gusto pollo e zucchine

Ricetta di Cucina e Friends - Milano

Ingredienti

100g di preparato Burger & Polpette
plant based Beamy
1 zuccina
Mezzo spicchio di aglio
30 g Prezzemolo
30g pane grattugiato
Sale, pepe
Olio extra vergine di oliva

Preparazione

Dopo aver idratato il preparato Beamy, amalgamarlo con la zuccina grattugiata, il prezzemolo tritato, l'aglio spremuto, sale, pepe e 30g di pane. Mettere in frigo per un quarto d'ora e poi formare i medaglioni.
Passarli nel pangrattato.
A piacere, friggerli oppure cuocerli in forno con un filo d'olio a 200° per 15 minuti.

