



Tortilla con Polpette Aromatizzate, Hummus e Verdure Fresche

Ricetta di In cucina con la LU (BG)

Ingredienti (per 4 persone)

Per le polpette

400 g di preparato per polpette (seguire le indicazioni sulla confezione)

1 cucchiaio di timo fresco tritato

Scorza grattugiata di 1 limone

2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva

Per assemblare le tortillas:

4 tortillas di grano tenero

200 g di hummus di ceci

Insalata mista (facoltativa)

2 pomodori, tagliati a fette (facoltativo)

Preparazione

Preparare le polpette

Prepara le polpette seguendo le istruzioni riportate sulla confezione.

Aromatizza l'impasto con il timo fresco tritato e la scorza di limone.

Forma delle polpette di dimensione uniforme.

Cottura delle polpette

In una padella antiaderente, scalda un filo d'olio extravergine d'oliva.

Cuoci le polpette a fuoco medio, girandole spesso, finché non saranno dorate e ben cotte all'interno (circa 8-10 minuti).

Assemblare le tortillas

Scalda leggermente le tortillas in padella o al microonde per ammorbidirle.

Spalma un generoso strato di hummus su ogni tortilla.

Aggiungi 3-4 polpette per tortilla.

Se gradito, completa con insalata e fette di pomodoro.

Servire

Arrotola le tortillas e servile calde o tiepide.

