

LA RICETTA: Polpettine di quinoa e sesamo

Preparazione: Lavate bene la quinoa e cuocetela con un po' di sale, per circa 20 minuti, in acqua fredda nelle proporzioni di 1 a 2-2, 5 max. Appena pronta, fatela raffreddare su di una teglia. Aggiungete i semi di sesamo tostati e imbionditi in padella, il porro e il prezzemolo tritati finemente. A mani bagnate, formate delle palline che infarinerete delicatamente e tufferete poi nell'olio bollente: per la cottura impiegate recipienti alti e stretti così che l'olio copra interamente le palline. Giratele con un mestolo e una volta dorate, lasciate sgocciolare le palline e poi asciugatele con carta assorbente. La pietanza va consumata calda, immersa in una tazza con dentro acqua, qualche cucchiaino di salsa di soia e della polpa di zenzero fresco grattugiato.