



[www.iodicesrl.it](http://www.iodicesrl.it)

## *Frittelle di piselli impanate e fritte*



### *Ingredienti per 4 persone*

600 g di piselli  
2 uova  
100 g di parmigiano reggiano grattugiato  
1 mazzetto di prezzemolo  
farina tipo "00"  
noce moscata  
olio di semi di arachidi  
sale e pepe

### *Preparazione*

Portate a bollore abbondante acqua nella pentola, salatela e lessatevi i piselli per circa 8 minuti. Scolateli bene, passateli al passaverdure e raccogliete la polpa in una ciotola. Lasciatela raffreddare. Lavate, asciugate e tritate il prezzemolo. Sgusciate le uova nella ciotola con il puré di piselli, unite il parmigiano grattugiato, il prezzemolo tritato, sale, pepe e 1 grattugiata di noce moscata. Mescolate bene gli ingredienti, fino a ottenere un composto omogeneo e non troppo morbido.

Mettete un po' di farina in un piatto piano. Prelevate l'impasto dalla ciotola a cucchiainate e formate delle frittelle tonde e grosse come un uovo. Schiacciatele leggermente alle estremità.

Passate le frittelle nella farina e poi scrollatele delicatamente, per eliminare quella in eccesso.

Disponetele, man mano che sono pronte, su un foglio di carta da forno, senza sovrapporle.

Scaldare abbondante olio di semi di arachidi nella padella antiaderente e friggete le frittelle per 4-5 minuti, voltandole a metà cottura. Quando saranno ben dorate, sgocciolatele con un mestolo forato, trasferitele su carta assorbente e servitele ben calde.