Le pallotte teramane, ecco la ricetta

24 Giugno 2024



Le pallotte cacio e uova, conosciute anche come pallotte teramane, sono un piatto tradizionale abruzzese, in particolare della zona di Teramo. Sono delle polpette a base di formaggio e uova, fritte e poi cotte in una salsa di pomodoro. Ecco una ricetta tradizionale per prepararle:

Ingredienti:

Per le pallotte:

- 300 g di formaggio pecorino grattugiato
- 300 g di formaggio parmigiano grattugiato
- 4 uova
- 100 g di pane raffermo
- Latte (q.b. per ammorbidire il pane)
- Prezzemolo tritato (a piacere)
- Pepe nero (a piacere)
- Farina (per infarinare)
- Olio di semi (per friggere)

Per la salsa:

- 700 g di passata di pomodoro
- 1 cipolla
- 2 spicchi d'aglio
- Olio extravergine di oliva
- Sale (a piacere)
- Basilico fresco (a piacere)

Procedimento:

1. **Preparazione delle pallotte:** Ammollare il pane raffermo nel latte finché non diventa morbido. In una ciotola grande, unire il pecorino, il parmigiano, le uova, il pane ammollato e ben strizzato, il prezzemolo e il pepe nero. Mescolare bene fino ad ottenere un composto omogeneo. Con le mani leggermente inumidite, formare delle polpette di circa 4-5 cm di diametro. Passare le polpette nella farina, scuotendo l'eccesso.
2. **Frittura delle pallotte:** In una padella, scaldare abbondante olio di semi. Friggere le pallotte fino a quando saranno dorate e croccanti su tutti i lati. Scolare le pallotte su carta assorbente per eliminare l'eccesso di olio.
3. **Preparazione della salsa:** In una casseruola, scaldare un po' di olio extravergine di oliva. Aggiungere la cipolla tritata finemente e l'aglio intero. Soffriggere fino a quando la cipolla diventa trasparente. Aggiungere la passata di pomodoro, salare e cuocere a fuoco medio per circa 20 minuti, mescolando di tanto in tanto. Aggiungere qualche foglia di basilico fresco verso la fine della cottura.
4. **Cottura finale delle pallotte:** Aggiungere le pallotte fritte alla salsa di pomodoro e cuocere a fuoco basso per circa 15-20 minuti, coprendo la casseruola. Questo permetterà alle pallotte di assorbire il sapore della salsa e diventare morbide.
5. **Servire:** Servire le pallotte teramane ben calde, accompagnate dalla salsa di pomodoro. Si possono gustare come secondo piatto o anche come antipasto.

Buon appetito!