



Secondi Vegani

POLPETTONE DI LENTICCHIE



Ingredienti

2 spicchi d'Aglio Bianco
Piacentino
1 Cipolla dorata CO.P.A.P.
4 Cipolle rosse CO.P.A.P.
920 gr di lenticchie già cotte
8 patate bollite
6 Carote
10-12 pomodori secchi
12 cucchiaini di pangrattato
4 cucchiaini di olio evo
4 cucchiaini di salsa di soia
2 cucchiaini di sciroppo
d'acero
2 cucchiaini di glassa di aceto balsamico
rosmarino, timo, sale, scorza
d'arancia (q.b.)

Procedimento

- Mixare le lenticchie, le patate bollite, la Cipolla dorata CO.P.A.P. e l'Aglio Bianco Piacentino. Inserire i pomodori secchi, il rosmarino e il timo. Concludere con la salsa di soia, un pizzico di sale, il pangrattato e tritare. In seguito, spostare il composto su un foglio di carta da forno e modellarlo a forma di polpettone. Trasferirlo su una teglia e cuocere in forno preriscaldato in modalità statica a 180 °C per un'ora.
- Come contorno: tagliare le carote, le patate e le Cipolle rosse CO.P.A.P. a pezzetti. Disporre in una pirofila e condire con sale, olio, glassa di aceto balsamico, sciroppo d'acero, gli aromi e mescolare per bene. Infornare a 180 °C per circa un'ora.