



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

---

## Polpetta di Acciuga

Hamsi Köftesi



750 gr di acciughe  
1 cipolle  
2 spicchi d'aglio  
Mezzo mazzetto di prezzemolo  
1 uova  
1 cucchiaio farina di mais  
1 bicchierino pezzi rotti di pane  
1 cucchiaino spezie di polpetta  
1 cucchiaino di sale  
Per la sopra;  
Mezzo bicchiere farina di mais  
Per friggere;  
1 bicchiere olio vegetale

- # Si puliscono e si levano le teste di acciughe. Dopo aver lavato prendono sul filtro e se filtrano cerca per un'ora.
- # Poi qualche acciughe si fanno passare dal robot.
- # Le acciughe macchina te se mettono nella ciotola da impastare alla sopra se aggiungono uova cipolla macinate aglio pestato i pezzi di pane farina di mais sale e spezie di polpetta.
- # Ultimamente si aggiunge prezzemolo macinato. Continua ad impastare ancora per un po' poi se coperta e si mette nello frigo per mezz'ora.
- # Dopo tagli imposto preparato prendono i pezzi grandezza di albicocca se lo trovano e poi se si piacciono così avranno le polpette.
- # Le polpette dopo aver sfogati dalla farina di mais si arrossiscono nell'olio. Dopo si prendono sulla carta per lasciarsi olio.
- # Si può servirsi caldo o fresco.

**Nota:** Da 750 gr di acciughe rimane mezzo kg di acciughe pulite.