



## POLPETTONE ALLA LIGURE DI PATATE E FAGIOLINI

RICETTA PER 4 PERSONE

### INGREDIENTI :

- patate, 400g
- fagiolini, 500g
- cipolla gialla, 1
- maggiorana, 10g
- uova, 2
- parmigiano reggiano grattugiato, 50g
- sale fino, 5 g
- olio extravergine d'oliva, q.b.

### COME PROCEDERE :

1. Sbucciare le patate e cuocerle in acqua bollente leggermente salata. Scolare e tenere da parte; quando sono tiepide, schiacciale grossolanamente con una forchetta.
2. Cuocere i fagiolini in acqua bollente leggermente salata. Scolare e tagliare con le forbici formando dei tubetti. Tenere da parte.
3. Nel frattempo tagliare finemente la cipolla e cuocere in un padellino con olio d'oliva, sale e maggiorana fresca tritata a coltello.
4. In una ciotola mescolare tutti gli ingredienti del polpettone, aggiungendo olio d'oliva al bisogno.
5. Foderare una teglia da plumcake (20cm) con carta forno bagnata e strizzata, e cuocere a bagnomaria in forno preriscaldato (180 gradi, funzione statica), per circa 30-35 minuti.
6. Lasciare raffreddare e servire il polpettone alla genovese magari su un letto di rucola fresca (già condita) e foglie di maggiorana per guarnire.

*Il polpettone genovese di patate e fagiolini vanta un'origine contadina, è un ricco e gustoso piatto vegetariano che ricorda più un gateaux che un tradizionale polpettone. Semplice ma nutriente allo stesso tempo, i contadini liguri lo preparavano con tutto quello che era disponibile nella loro dispensa e lo condividevano con l'immane magiorana, un vero e proprio must della cucina ligure. Oggi questa ricetta rappresenta uno di quei piatti tipici che ogni casa, ogni famiglia, prepara a modo suo, con il suo giusto dosaggio di spezie e sapori.*