

I miei cavalli di battaglia



ARANCIA IN INSALATA, ZUC E SPECK, POLPETTINE CON LIMONE E CANNELLA

LA LISTA DELLA SPESA

premesso che in casa abbiamo: olio, sale e pepe, 2 fette di pane raffermo, cannella, pangrattato, ½ cipolla, uno spicchio d'aglio, peperoncino, prezzemolo

compriamo:

8 filetti d'acciuga

500g di tagliolini freschi

80g parmigiano

80 g di speck a fettine sottili

100g di pancetta affumicata

350g di carne macinata mista (manzo o vitello e pollo o tacchino)

1 salsiccia

40 g di parmigiano

150g di ricotta

2 uova

2 arance grandi

1 finocchio

10 olive nere

1 cipollina fresca

1 limone

3 zucchine

una cipolla

400g di pelati