Polpettine di ceci e Prugne della California con crema di parmigiano e cipolle al forno

Porzioni: 4 persone

Ingredienti:

Per le polpette
6 Prugne della California
400 g di ceci lessati
un uovo
un panino secco
uno spicchio d'aglio
sale
pan grattato qb
olio extravergine d'oliva qb

Per la salsa al parmigiano:
250 ml di latte
100 g di parmigiano
25 g di burro
25 g di farina
noce moscata qb
sale qb
pepe bianco qb

Per le cipolle:
2 cipolle
olio extravergine d'oliva qb
aceto di vino bianco qb
sale e pepe qb

Preparazione:

Mettete a mollo il pane per ammorbidirlo. Fate sgocciolare i ceci e frullateli fino a ridurli in crema. Tagliate le Prugne della California a tocchetti.
Aggiungete i ceci, il pane ben strizzato, l'uovo, il sale e l'aglio in un mixer e frullate il tutto fino a ottenere un composto omogeneo. Impastate e se l'impasto dovesse risultare troppo morbido, aggiungete qualche cucchiaio di pane grattugiato.
Aggiungete poi le prugne e amalgamate.
Formate le polpette con l'aiuto di un cucchiaio. Poi passatele nel pan grattato e disponetele in una teglia rivestita di carta da forno. Completate con un filo d'olio sulla superficie e fate cuocere a 180 °C per circa 20 minuti o fino a doratura.

Per la crema al parmigiano:
Fate sciogliere il burro in una pentola dal fondo spesso.
Unitevi la farina e mescolate fino a quando il composto prende un bel colore nocciola.
Versate poco per volta il latte precedentemente scaldato mescolando continuamente.
Fate cuocere, sempre mescolando continuamente, fino a quando la salsa avrà raggiunto una consistenza densa e cremosa. Regolate di sale, pepe e noce moscata.
Spegnete il fuoco e unite gradualmente il parmigiano mescolando continuamente fino a quando avrete una salsa perfettamente liscia.

Per le cipolle al forno:
Tagliate le cipolle a spicchi e disponetele in una pirofila.
Condite con sale, pepe, un filo d'olio e una spruzzata d'aceto e fate cuocere in forno caldo a 180 °C per circa 30 minuti. Per ottimizzare potete infornarle 10 minuti prima delle polpette in modo da avere tutto pronto nello stesso momento.

Per completare:
Servite le polpette di ceci e Prugne della California accompagnando con la salsa al parmigiano e le cipolle al forno.
A seconda dell'impiattamento avrete un effetto gourmet o una cenetta comfort per grandi e piccini.