POLPETTINE DI POLLO 1

Ingredienti per 1 persone:

- 1 omogeneizzato di pollo
- 1/2 tuorlo d'uovo
- 1/2 albume d'uovo
- 1 cucchiaio di formaggio parmigiano grattugiato
- poco grissino grattugiato

Versare in una scodellina il contenuto di un omogeneizzato di pollo: aggiungere mezzo tuorlo e mezzo albume, un cucchiaio di parmigiano grattugiato ed un pò di grissino sbriciolato per ottenere un composto piuttosto sodo.
Lavorare bene con la forchetta e formare 4 polpettine.
Disporle su un piatto ricoperto da un altro e far cuocere a vapore per 15 minuti circa sopra una casseruola piena a metà di acqua in ebollizione.