

SECONDI PIATTI

Foglie di vite ripiene

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Bulgaria*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *20 min* COTTURA: *60 min* COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI

CARNE DI VITELLO smi - 500 gr
CARNE DI MAIALE sminuzzato - 300 gr
FOGLIE DI VITE o 40 si può usare anche il
cavolo - 30 foglie
YOGURT 1 tazza
RISO ½ tazze
CIPOLLE novella - 1
PREZZEMOLO
MENTA
PAPRICA
BURRO o 0,5 tazza di olio di girasole - 100
gr
SALE

PREPARAZIONE

- 1 Soffriggete le cipolle affettate finemente in un po' d'olio e acqua, incorporate la paprika e rimuovere dal fuoco.



- 2 Aggiungere la carne, il riso, il pepe, la menta ed il prezzemolo tritato finemente.





3 Versarci sopra dell'acqua calda salata e sobbollire fino a che l'acqua sia stata riassorbita dal riso.



4 Lessate le foglie di vite o cavolo con dell'acqua bollente salata.



5 Farcite ciascuna foglie con un cucchiaino di ripieno di carne.

Chiudete le foglie in modo tale da sigillare al il ripieno al loro interno.



6 Adagiate gli involtini in una casseruola, versateci sopra 2/3 di tazza di acqua tiepida e un cucchiaino di grasso.



7 Chiudete la casseruola con un coperchio e sobbollite a fuoco lento.

A cottura ultimata, unite lo yogurt precedentemente sbattuto, il burro sciolto e la paprika.



8 Servite gli involtini con delle verdure a piacere.

NOTE