

SECONDI PIATTI

Involtini di verza

di: *Aitina*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *media* COSTO: *basso* REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI

- 4 fette grandi di verza
- 200 g di carne macinata magra
- 100 g di pane raffermo
- 20 g di pane grattugiato
- 2 uova
- 50 g di formaggio grattugiato (30 g per il composto
20 g per guarnire alla fine)
- sale
- olio extravergine di oliva
- 1 bicchiere di vino bianco.

PREPARAZIONE

- 1 Lavare le foglie di verza e sbollentarle, immergendole per un solo minuto in acqua bollente salata.



- 2 Mentre le foglie si raffreddano, amalgamare la carne macinata con gli altri ingredienti (uova, formaggio, pane, pane grattugiato, sale).





- 3 Dividere il composto in quattro parti e farcire ogni foglia di verza con una parte di composto.



- 4 Avvolgere e chiudere con uno stecchino di legno ciascuna foglia di verza.



- 5 Mettere in una padella un paio di cucchiari di olio e, quando è ben caldo, appoggiarvi gli involtini, facendoli colorire da entrambi i lati (girarli una sola volta perchè tendono a rompersi).



- 6 Aggiungere un bicchiere di vino bianco, coprire e portare a cottura. Due minuti prima di spegnere, cospargere di formaggio grattugiato.



7 Eccoli pronti.



NOTE