

ANTIPASTI E SNACK

Involtini primavera

di: *Cookaround*

LUOGO: *Asia / Cina*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *media* PREPARAZIONE: *20 min* COTTURA: *25 min* COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI

SFOGLIE PER INVOLTINI PRIMAVERA

confezione (fogli grandi) - 1

PETTO DI POLLO 120 gr

GERMOGLI DI BAMBÙ tritati - 2

PEPERONI ROSSI tritati - ½

GERMOGLI DI SOIA 120 gr

SALSA DI SOIA (SHOYU) 1 cucchiaio da
tavola

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2
cucchiari da tavola

CIPOLLOTTI finemente tritati - 2

ZUCCHERO ½ cucchiari da tè

OLIO DI SEMI PER FRITTURA

PREPARAZIONE

1 Separate i fogli di pasta, tagliateli in 4 quadrati e ricopriteli con un panno.

Tagliate il pollo a listarelle. Riscaldare l'olio in una padella e fate cuocere il pollo con i cipollotti, il peperone e i germogli di bambù finché il pollo non è dorato.



2 Aggiungete i germogli di soia e continuate la cottura ancora per un attimo.



3 Incorporate la salsa di soia e lo zucchero mescolando. Lasciate raffreddare.



- 4 Mettete un cucchiaino di ripieno su ogni foglio di pasta, ricopritelo con un angolo del quadrato, ripiegate i due angoli laterali e infine arrotolate fino a formare un lungo involtino che sigillerete bagnando l'ultimo angolo.





- 5 Riscaldate l'olio e fate dorare gli involtini, sgocciolateli e asciugateli sulla carta assorbente e serviteli subito con salsa di soia o agrodolce.

