

ANTIPASTI E SNACK

Involtini primavera

LUOGO: Asia / Cina

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 30 min COTTURA: 15 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



Scopri come preparare deliziosi involtini primavera. Una ricetta croccante e gustosa, perfetta per un antipasto sfizioso. Provali subito e porta in tavola un classico della cucina asiatica!

INGREDIENTI PER CUCINARE GLI INVOLTINI PRIMAVERA

CARTA DI RISO Fogli, sostituibili con pasta phillo - 12
CAROTE 300 gr
CIPOLLOTTI 200 gr
CAVOLO CAPPUCCIO 200 gr
ACETO DI RISO 30 ml
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
SALE
PEPE NERO

INGREDIENTI PER FRIGGERE

OLIO DI ARACHIDI

COME FARE GLI INVOLTINI PRIMAVERA

- 1 Ecco come preparare in casa dei buonissimi involtini primavera: per prima cosa, prepara tutte le verdure. Pela le carote e tagliale a bastoncini sottili, ripulisci i cipollotti dagli strati più esterni e taglia anch'essi a bastoncini, infine taglia il cavolo cappuccio a listarelle sottili.





- 2 Metti a scaldare un filo d'olio in un wok o in una padella antiaderente dai bordi alti, aggiungi il cipollotto e fai saltare per qualche minuto a fiamma vivace. Aggiungi anche le carote e il cavolo cappuccio, fai insaporire per qualche minuto e infine insaporisci di sale e pepe.





- 3 Sfuma con l'aceto di riso, poi scola le verdure in uno scolapasta in modo che eventuale acqua di vegetazione possa essere rimossa. Allarga le verdure con le bacchette all'interno dello scolapasta così da mantenerle croccanti e lasciale raffreddare.





- 4 Riempi una pirofila con acqua calda che servirà per ammorbidire la carta di riso, immergi il primo foglio per 8-10 secondi, fino a quando non lo senti morbido, infine stendilo su un tagliere, sistema un mucchietto di verdure nella parte bassa del foglio e richiudi il lembo inferiore sul ripieno.





5 Ripiega i due lembi laterali del foglio e infine avvolgi l'involantino su se stesso. Procedi così

anche per i restanti involtini primavera.



- 6 Metti a scaldare 3 dita d'olio di semi d'arachide in un wok e, quando è ben caldo, friggi gli involtini primavera 2-3 minuti per lato, fino a doratura. Riponi man mano su carta assorbente e servi gli involtini caldi accompagnati da salsa agrodolce o salsa piccante.



INVOLTINI PRIMAVERA: UNA RICETTA FACILE E GUSTOSA PER UN

Gli involtini primavera sono un tipico antipasto della cucina cinese, che consiste in **bauletti** sottili e croccanti di carta di riso, ripieni di verdure saltate. Il loro nome deriva dal fatto che venivano preparati in occasione del Capodanno cinese, che coincide con l'inizio della primavera. La ricetta originale prevede l'uso di cavolo cappuccio, carote e cipollotti, ma esistono molte varianti con l'aggiunta di carne, germogli di soia o altri ingredienti come in questa ricetta degli involtini primavera ai gamberi davvero golosa per i tuoi aperitivi!

Segui la nostra ricetta completa di video e passo passo fotografico per cucinare in casa, con le tue mani, dei **buonissimi involtini primavera** degni del più rinomato chef cinese!

SE TI SONO PIACIUTI GLI INVOLTINI PRIMAVERA, PROVA ANCHE

[Samosa](#)

[Baozi](#)

[Hummus di ceci](#)

[Pollo alle mandorle](#)

[Noodles con le verdure](#)

QUESTE RICETTE