

SECONDI PIATTI

## Braciole messinesi

---

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Sicilia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [media](#)    PREPARAZIONE: [30 min](#)    COTTURA: [25 min](#)    COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

---



### INGREDIENTI

20 fette sottili di carne di manzo  
100 g di mollica fresca grattugiata  
4-5 cucchiari di parmigiano grattugiato  
circa 5 cucchiari di olio extravergine di oliva  
poco prezzemolo  
sale e pepe.

### PREPARAZIONE

**1** In una ciotola mescolare la mollica, il parmigiano, l'olio, il prezzemolo tritato, sale e pepe.

Allargate le fette di carne e mettete al centro un pugno di mollica.



2 Avvolgete la carne su se stessa.



3 Chiudendo bene per non far uscire troppo la mollica.

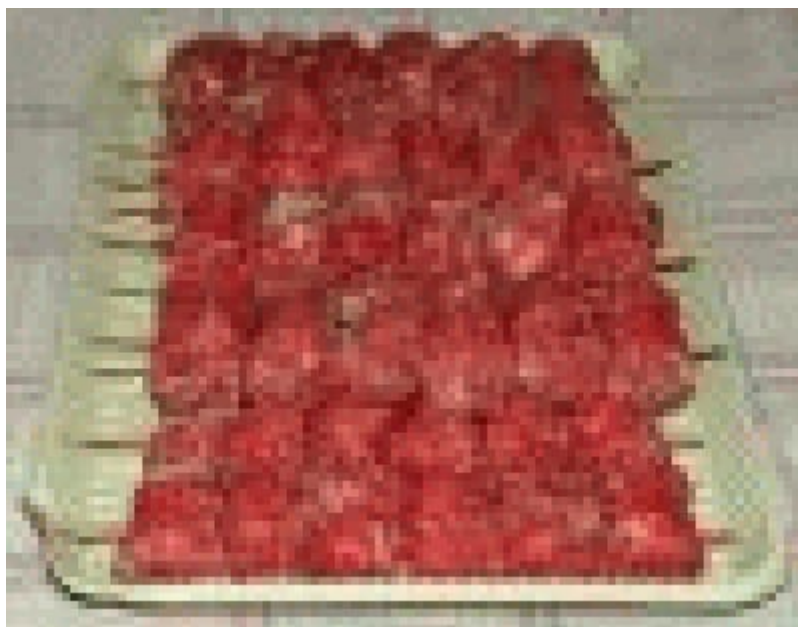


4 Infilare in 5 spiedini gli involtini (5 involtini per spiedino).



5 Battete leggermente i lati sul piatto.





6 Lasciateli cuocere sopra una piastra in ghisa.





