

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](#)



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 piace la **cucina etnica** devi provare anche queste ricette:

[Gyoza](#)

[Dango](#)

[Mochi](#)

[Spaghetti di soia](#)

[Involtini primavera ripieni di spaghetti di soia](#)

INGREDIENTI

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

PREPARAZIONE

- 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'involto 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.



