

ANTIPASTI E SNACK

# Involtini primavera

di: *Cookaround*

LUOGO: *Asia / Cina*

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *media*



Siete anche voi degli appassionati di cucina orientale come noi? Allora avrete voglia di provare a rifare gli involtini primavera a casa, guardate Luca come li fa e vedrete che non c'è niente di più facile.

## INGREDIENTI

SFOGLIE PER INVOLTINI PRIMAVERA 8  
PEPERONI ROSSI ½  
CAROTE 2  
CAVOLO CAPPuccio 50 gr  
GERMOGLI DI SOIA 200 gr  
CIPOLLOTTI 2  
UOVA 1  
ZUCCHERO 1 cucchiaino da tè  
SALSA DI OSTRICHE 1 cucchiaino da tè  
SALSA DI SOIA chiara - 2 cucchiaini da tavola  
OLIO DI SEMI PER FRITTURA  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiaini da tavola

# PREPARAZIONE

- 1 Tagliate finemente il peperone rosso, le carote, il cipollotto, il cavolo e aggiungetele nella wok ben calda e unta di olio extravergine d'oliva.





- 2 Aggiungete ora lo zucchero, la salsa di ostriche, la salsa di soia chiara e mescolate per amalgamare tutti gli ingredienti.

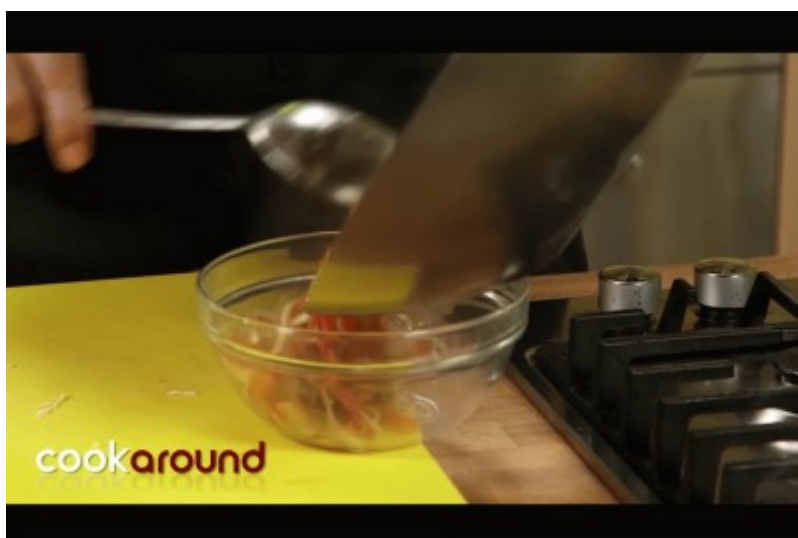




3 Quando le verdure si sono ammorbidite, aggiungete i germogli di soia e mescolate il tutto.



4 Trasferite le verdure in una ciotola e lasciatele raffreddare, così da confezionare gli involtini facilmente.



**5** A questo punto, fate scaldare una padella colma di olio per frittura.

Stendete il foglio per involtini, aggiungete le verdure nell'angolo di esso e cominciate ad arrotolare fino a metà del foglio, facendo attenzione a far fuoriuscire l'aria.



**6** Arrivati a metà dell'involentino, ripiegate i lati all'interno e continuate ad arrotolare.



- 7 Alla fine chiudete l'involto primavera spennellandolo con l'uovo sbattuto. Continuate fino ad esaurimento ingredienti.



- 8 Ora, aggiungete gli involtini nella padella con l'olio ormai caldo e fateli cuocere per pochi minuti, fino a doratura.



- 9 Trasferite gli involtini in un vassoio ricoperto da carta assorbente, così da poter eliminare l'olio in eccesso.



- 10 Servite gli involtini a vostro piacimento, con salsa piccante o agrodolce.