

ANTIPASTI E SNACK

## Involtini primavera cinesi

LUOGO: [Asia / Cina](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [25 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Di certo vi sarà capitato andando al ristorante etnico di ordinare gli **involtini primavera cinesi**. Be' sappiate che non è per niente difficile farli in casa! Si tratta di una ricetta asiatica che però può essere tranquillamente ripetuta. Vi basterà seguire i vari passaggi contenuti qui di seguito e di certo vi meraviglierete del risultato per quanto è buono!

Se poi amate è particolarmente la cucina cinese, provate anche la ricetta del [pollo alle mandorle](#): facile e buonissimo!

### 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 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 Quando volete realizzare gli involtini primavera cinesi, 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** Riscaldare l'olio e fare dorare gli involtini, sgocciolarli e asciugarli sulla carta assorbente e servirli subito con salsa di soia o agrodolce.



## CONSIGLIO

**Dove la trovo la salsa agrodolce?**

La trovi nei negozi etnici e nella grande distribuzione, ma puoi farla a casa seguendo questa [ricetta](#).

**Ma cos'è la pasta fillo?**

È un tipo di pasta molto molto sottile, la trovi in tutti i supermercati.

**Quanto tempo prima posso preparare gli involtini primavera?**

Anche qualche ora prima, ma ti consiglio di friggerli al momento opportuno.