

ANTIPASTI E SNACK

Involtini primavera ripieni di spaghetti di soia

LUOGO: [Asia / Cina](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) PREPARAZIONE: [30 min](#) COTTURA: [15 min](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



Se volete realizzare una ricetta stuzzicante dal sapore orientale perché non provate questa degli involtini primavera ripieni di spaghetti di soia? Una variante, forse meno conosciuta, degli involtini primavera è quella che prevede l'utilizzo degli spaghetti di soia nel ripieno. Provate a riprodurre questi involtini primavera un po' alternativi seguendo le indicazioni di Luca e vedrete come è semplice! Seguite il passo passo e verranno ottimi! Cercate altre proposte etniche? Provate gli [spaghetti di soia](#) e il [pollo alle mandorle](#)!

INGREDIENTI

SFOGLIE PER INVOLTINI PRIMAVERA 8
SPAGHETTINI DI SOIA 50 gr
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 Mettete sul fuoco una pentola colma d'acqua sul fuoco e portatela a bollore. Quindi aggiungeteci gli spaghetti di soia e lasciateli cuocere per qualche minuto senza salare.



- 2 Tagliate finemente tutte le verdure e aggiungetele nel wok unto precedentemente.



- 3 Quando prende bene il calore, aggiungete la salsa di ostriche, la salsa di soia chiara, lo zucchero e mescolate per amalgamare bene gli ingredienti.



- 4 Ora, aggiungete gli spaghetti di soia e i germogli; quindi amalgamate e proseguite la cottura.



- 5 Quando vedete che le verdure si sono ammorbidite, trasferite il tutto in una ciotola e lasciate raffreddare.



- 6 A questo punto, stendete un foglio per involtini e posizionate il ripieno all'angolo di esso. Incominciate ad arrotolare l'involtino fino a metà; quindi prendete le estremità, ripiegatele all'interno e finite di arrotolare.





7 Chiudete l'involto spennellando quest'ultimo lato con dell'uovo sbattuto.



8 Mettete sul fuoco una padella con dell'olio da frittura.

Quando l'olio è ben caldo, aggiungeteci gli involtini e lasciateli cuocere fino a doratura.



9 Trasferite gli involtini su della carta assorbente, così da eliminare l'olio in eccesso.



- 10** Servite gli involtini ben caldi e, a vostro piacere, accompagnandoli con salsa piccante o agrodolce.

CONSIGLIO

Dove si trova la sfoglia?

Puoi trovarla nei negozi asiatici e nella grande distribuzione.