

ANTIPASTI E SNACK

## Involtini con cavolo rosso cappuccio e verza

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [25 min](#)    COTTURA: [35 min](#)    COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



Gli involtini (piccoli) con i cavoli cappuccio e rosso e la verza con gusto inconfondibile dalla pancetta saporita, fanno un finger food perfetto non solo come antipasto ma anche come aperitivo, da gustarsi proprio tre a tre!

### INGREDIENTI

PASTA FILLO fogli - 3  
PANCETTA (TESA) a dadini - 150 gr  
CAVOLO CAPPuccio 100 gr  
CAVOLO ROSSO 100 gr  
CAVOLO VERZA 100 gr  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)  
CUMINO semi - 1 cucchiaio da tè  
SALE

### PREPARAZIONE

**1** Affettate e lavate i tre cavoli e metteteli da parte.

In una padella molto capiente, fate rosolare la pancetta in un fondo d'olio extravergine d'oliva.



**2** Quando la pancetta è ben rosolata, prelevatela scolandola dall'olio in eccesso.



**3** Nella stessa padella con l'olio insaporito dalla pancetta, versate i tre tipi di cavolo, salateli e lasciateli appassire.



4 Circa a metà cottura, ovvero quando le verdure avranno perso un po' del loro volume,

insaporite il ripieno con i semi di cumino.



- 5** Una volta cotte, unite alle verdure la pancetta messa da parte, mescolate e mettete il tutto da parte.



- 6** Prendete la pasta fillo e dividete i fogli in quattro sezioni. Spennellate ciascun foglio con l'olio extravergine d'oliva, quindi sovrapponetevi il secondo foglio, quindi il terzo.



**7** Adagiate una parte della farcia di cavolo e pancetta in un angolo della pasta fillo.



**8** Arrotolate la pasta fillo chiudendo verso l'interno anche le estremità del rotolo.



9 Adagiate i mini strudel su di una teglia foderata di carta forno, spennellateli con altro olio.

Infornate il tutto a 200°C per circa 15 minuti o fino a quando i mini strudel avranno preso un bel colore dorato.



**10** Serviteli immediatamente ben caldi.