

SECONDI PIATTI

Verzolini al pomodoro

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 80 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

500 g di macinato scelto di manzo
100 g di parmigiano
50 g di pane grattugiato
poco prezzemolo tritato
1 uovo
15-20 foglie di verza
300 g di polpa di pomodoro
3 cucchiai di olio extravergine di oliva
1 spicchio di aglio
sale e pepe.

PREPARAZIONE

- 1 In una ciotola mescolare la carne trita, il formaggio, il pane grattato, l'uovo, sale, prezzemolo e olio.



2 Nel frattempo lavate bene la verza e togliate la costola dura.



3 Sbollentatele in una pentola per 2-3 minuti in acqua bollente salata.



4 Stendetele sopra un telo ad asciugare.

Quindi disponete sopra ogni foglia un pò di ripieno preparato.



5 Richiedete formando un fagottino.



6 Fissate con uno stuzzicadenti.



- 7 In una padella mettete l'olio insieme allo spicchio di aglio, fate rosolare ed unite la polpa di pomodoro.



- 8 Unite i fagottini.



- 9 Coprite e fate cuocere all'incirca 45 minuti a fuoco medio-basso.

Rigirateli con delicatezza un paio di volte.

