

ANTIPASTI E SNACK

## Vigna surprise di nique

---

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    PREPARAZIONE: 30 min    COTTURA: 20 min    COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media

---



### INGREDIENTI

FOGLIE DI VIGNA  
MOLLICA PANE DI MAIS 200 gr  
CIPOLLE 200 gr  
PINOLI 4 cucchiaini da tavola  
UVETTA 4 cucchiaini da tavola  
OLIO  
PREZZEMOLO  
ANETO  
MENTA FRESCA  
SUCCO DI LIMONE 1

### PREPARAZIONE

**1** Sbollentate le foglie per 5-8 minuti.

Soffriggete rapidamente i pinoli e l'uvetta in padella.



**2** Unite la cipolla tritata e la mollica fatta a pezzetti, soffriggete finchè la cipolla appassisce.

Aggiungete poca acqua, coprite e lasciate cuocere 5 minuti.

A fine cottura aggiungete prezzemolo, aneto e menta fresca tritati.

Mescolate bene e lasciate raffreddare.

Stendete le foglie di vigna sul tavolo e deponete un cucchiaino di ripieno alla base di ogni foglia.



**3** Ripiegate il bordo inferiore della foglia sul ripieno e piegate il bordo sinistro e quello destro, uno sull'altro.



4 Arrotolate tutta la foglia fino alla punta, in modo da ottenere una polpettina.





**5** Appoggiateli in una teglia con la chiusura verso il basso per impedire che si aprano.

Irrorate con il succo di limone e 2 cucchiaini di olio d'oliva.

Pressate gli involtini con un piatto rovesciato, aggiungete acqua calda fino a coprire il piatto.



**6** Fate sobbollire per 30 minuti.





## NOTE

Data la difficoltà nel reperire le foglie è possibile conservarle sottovuoto.