

Gli involtini primavera



di LUCA GUASTINI –

VITERBO – Gli involtini primavera sono un tipico antipasto della cucina cinese, vengono chiamati così perché in passato questa pietanza veniva preparata soprattutto in occasione del capodanno cinese che secondo il calendario tradizionale corrisponde, appunto, con l'inizio della primavera.

Un piatto facile e anche veloce da preparare, ovviamente se si utilizza la pasta fillo già pronta che si può trovare nei banchi frigo dei supermercati più forniti o nei negozi etnici. Si può trovare anche congelata e basterà farla scongelare per poterla utilizzare come fresca, avendo però l'accortezza di coprire le sfoglie con un canovaccio leggermente inumidito per evitare che si secchino. Come tutte le ricette, anche di questo piatto esistono diverse varianti, ma la più classica e, secondo noi anche la più buona, è quella farcita con cavolo cappuccio, cipolla e carote ed è questa che andremo a descrivere.

Ingredienti:

una confezione di pasta fillo

mezzo [cavolo cappuccio](#) (meglio se la varietà a cuore)

due [carote](#)

una cipolla [bianca](#)

un goccio di [Vino di riso](#) oppure vino bianco

[Olio di semi di arachide](#)

sale

[Pepe \(possibilmente bianco\)](#)

Procedimento:

Per prima cosa scongelate le sfoglie oppure tirare fuori dal frigorifero quelle fresche, mondare e tagliate a listarelle sottili il cavolo cappuccio, la cipolla e grattugiare con una grattugia a fori grandi le carote, prendere il wok, la tipica padella cinese usata per soffriggere o saltare le verdure, fare scaldare a fuoco alto, poi versate l'olio di semi e di seguito le cipolle e lasciare soffriggere per un paio di minuti, unire quindi le carote e poi il cavolo cappuccio, condire con sale e pepe e dopo alcuni minuti spruzzare con un po' di vino di riso, continuare a far saltare le verdure per altri 4-5 minuti fino a che saranno cotte ma ancora abbastanza croccanti. Spengere il fuoco e far freddare in un colino allargando bene le verdure in modo che possano perdere tutto il liquido della cottura.

Quando le verdure si saranno raffreddate, andremo ad assemblare gli involtini prendendo i fogli di pasta fillo già pronti, tagliarli formando dei quadrati e metterli a rombo con un angolo rivolto verso di voi, quindi mettere due belle cucchiariate di ripieno sulla metà inferiore del rombo, coprire la farcia ripiegando l'angolo inferiore verso l'alto e arrotolare, ripiegare gli angoli verso il centro e continuare ad arrotolare l'involentino quindi sigillare la sfoglia inumidendo i bordi del triangolo con le dita leggermente

bagnate con un po' di acqua oppure utilizzando un pennello. Quando saranno formati tutti gli involtini friggere nel wok, dopo aver portato a 180° circa abbondante olio di semi, pochi involtini per volta girandoli su entrambi i lati fino a farli dorare, quindi toglierli e farli scolare adagiandoli su carta da cucina. Servire gli involtini primavera ancora caldi accompagnati con una salsa piccante o agrodolce.