



Involtini di scamorza affumicata e cavolo

27 Luglio 2020



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE
20 MIN



TEMPO DI COTTURA
1 H 15 MIN



CALORIE
610K

NOTE
30 MINUTI DI AMMOLLO

INGREDIENTI

600 g di Carne di manzo a fettine

1 Cavolo verza piccolo

100 g di Scamorza affumicata

100 g di Pancetta

4 cucchiaini di Concentrato di pomodoro

1 Cipolla

2 spicchi di Aglio

1 rametto di Rosmarino fresco

1 foglia di Alloro

2 Bacche di ginepro

Farina 0

2 cucchiaini di Olio extravergine di oliva (per soffriggere)

4 cucchiaini di Olio extravergine di oliva (per rosolare)

Sale

Pepe

Preparazione

- Lavate il cavolo, poi affettatelo a striscioline, eliminando il torsolo centrale, e lasciatele in ammollo in acqua fredda con l'alloro e le bacche di ginepro per circa 30 minuti. Intanto tritate la scamorza e mettetela da parte; preparate un trito anche con la cipolla e metà dose di aglio.
- Tagliuzzate la pancetta e fatela soffriggere in una padella, a fuoco medio e per 1-2 minuti, finché il grasso sarà divenuto trasparente ma ancora morbido. Aggiungete il trito di aglio e cipolla preparato, delle foglie di rosmarino tritate e fate appassire per 4-5 minuti a fuoco basso; spegnete, salate se necessario e fate intiepidire.
- Battete con il batticarne le fettine di manzo facendo attenzione a non lacerarle. Distribuitevi il composto di pancetta preparato e la scamorza; arrotolate ogni fettina formando degli involtini, chiudeteli bene fermandoli con uno spago.
- In una casseruola capiente fate rosolare l'aglio avanzato con un fondo di olio. Infarinate appena gli involtini e fateli dorare in modo uniforme per 3-4 minuti a fuoco medio, girandoli senza romperli. Unite il concentrato di pomodoro, fate insaporire per pochi minuti e condite con un pizzico di sale e pepe; poi abbassate la fiamma e cuocete per 30 minuti circa, unendo acqua bollente quando è necessario.
- Aggiungete il cavolo, le bacche di ginepro e l'alloro scolati, e fate insaporire a fiamma vivace per 1-2 minuti; bagnate poi con un mestolo di acqua bollente e lasciate cuocere per circa 30 minuti con il coperchio, a fiamma bassa, aggiungendo altra acqua via via che sarà evaporata. Poco prima che la carne e il cavolo siano cotti, regolate di sale, quindi servite.

Carla Marchetti