



INVOLTINI DI VERZA CON RISOTTO DI ZUCCA E UVETTA

www.myricettarium.com



Ingredienti per 7 involtini:

7 foglie di verza
g 230 di riso chicco lungo
g 250 di zucca già pulita
1 manciata di uvetta sultanina
1/2 cipolla
Olio Extravergine di Oliva Dante
1 cucchiaino di dado granulare vegetale biologico
noce moscata
pepe nero
parmigiano grattugiato
vino bianco secco
pangrattato

Preparazione:

Mettete l'uvetta in ammollo in acqua tiepida. Togliete alla verza le prime foglie belle grandi, sciacquatele e sbollentatele per non più di 5/7 minuti in acqua bollente, dopodichè mettetele stese a scolare. In una larga padella soffriggete nell'olio la cipolla tagliata a pezzetti, unite la zucca tagliata a cubetti e fate cuocere finchè sarà morbida. Aggiungete il riso, fatelo tostare qualche istante dopodichè bagnate con il vino ed attendete che evapori. Cuocete il riso, finchè non raggiungerà 2/3 della cottura, unendo brodo (io acqua calda + dado granulare) di tanto in tanto. Spegnete la fiamma, unite l'uvetta, il pepe nero, la noce moscata e il parmigiano e fate riposare per 10 minuti. Prendete le foglie di verza ed adagiate su ciascuna di esse un cucchiaino abbondante poco più di ripieno (dipende dalla grandezza delle foglie), sovrapponetevi i due lembi più lunghi e poi ripiegate le estremità, dovrete ottenere dei fagottini. Adagiate gli involtini su una pirofila unta di olio alla base. Spolverizzate di parmigiano e di pangrattato, passate un filo di olio e bagnate con pochissimo vino. Infornate in forno già caldo a 190° per circa 30 minuti + ulteriori 5 con grill. Fate intiepidire 15 minuti prima di servire.