

LanCook

LanCook adora gli involtini di
carne alla contadina dell'Artusi



Promuovere l'apprendimento linguistico,
la mobilità e la collaborazione a livello europeo
attraverso la cucina e la tecnologia



Lifelong
Learning



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DI MODENA E REGGIO EMILIA



Pellegrino Artusi è il padre riconosciuto della cucina italiana. Con la collaborazione delle cuoche di tutta Italia, ha messo insieme piatti e tradizioni diverse in un unico ricettario, “La Scienza in Cucina e l’Arte di Mangiar Bene”. Nella ricetta originale, l’Artusi proponeva di cuocere gli involtini con il burro, aggiungendo alla farcitura anche un rosso d’uovo e un pizzico di parmigiano.

Seguici su Facebook (LanCookCucinaDigitaleItaliana) e Twitter (@cucinaparlante) o visita il nostro sito www.europeandigitalkitchen.com

Involtini di carne alla Contadina dell’Artusi

Ingredienti:

- 2 fette di carne (da circa 150 gr ciascuna)
- Una decina di olive verdi snocciolate
- 2 cucchiaini di capperi
- 2 acciughe
- 10 cucchiari di salsa di pomodoro
- 1 spicchio d’aglio
- Sale
- Pepe
- Olio

Procedimento:

1. Per cominciare, mettete la carne su un tagliere e battetela con il batticarne.
2. Poi condite la carne con un po’ di sale e pepe e lasciatela lì.
3. Adesso prendete un secondo tagliere e mettete una decina di olive verdi snocciolate, 2 cucchiaini di capperi e 2 acciughe.
4. Ora, usando un coltello da cucina, tritate finemente le olive, i capperi e le acciughe.
5. Usando un cucchiaino, cospargete la carne con il trito così ottenuto e poi arrotolate ogni fetta e fissatela con uno stuzzicadenti.
6. A questo punto, appoggiate una padella su un fornello e mettete un cucchiario d’olio.
7. Usando un coltello, pelate uno spicchio d’aglio e mettetelo nella padella.
8. Accendete il fornello e regolatelo a temperatura media.
9. Dopo un po’, quando l’aglio inizia a diventare giallo, aggiungete gli involtini e fateli rosolare su tutti i lati, girandoli varie volte con una spatola.
10. Aggiungete 10 cucchiari di salsa di pomodoro e 1 pizzico di sale.
11. Infine, fate cuocere gli involtini per circa 5 minuti, girandoli di tanto in tanto.