



BOCCONCINI DI MERLUZZO IN FOGLIA DI CAVOLO NERO



INGREDIENTI

(per 24 pezzi)

3 Filetti di merluzzo Arbi (confezione in busta da 600 g)
30 foglie di cavolo nero
40 g burro
2 scalogni grandi
2 patate medie
30 g di noci sgusciate
30 g di mandorle sgusciate
olio evo, sale, pepe, prezzemolo qb
semi di lino e di sesamo qb



- 1 Mentre decongeliamo il merluzzo sotto acqua corrente fredda, sbucciamo e lessiamo le patate.
- 2 Facciamo fondere il burro in una padella, tritiamo gli scalogni e uniamoli al burro facendo cuocere per pochi secondi, aggiungiamo il merluzzo tagliato a pezzi irregolari e continuiamo la cottura per 5 minuti.
- 3 Tritiamo la frutta secca e saltiamola in padella fino a che non sarà tostata, poi uniamola alla farcia di merluzzo insieme alle patate schiacciate e amalgamiamo bene il tutto.



- 4 Laviamo le foglie di cavolo nero e priviamole della costola, dividendole a metà nel senso della lunghezza. Con l'ausilio di un mattarello stendiamo le foglie su un tagliere per renderle più facilmente lavorabili, quindi tagliamo 24 mezze foglie a 20 cm circa di altezza, le altre 24 mezze foglie a 10 cm.
- 5 Stendiamo la farcia sulle foglie da 20 cm per metà della loro superficie, arrotoliamo fino a coprire la metà, poi utilizziamo la foglia da 10 cm e copriamola perpendicolarmente all'altra, finiamo di arrotolarla e chiudiamola facendola passare sotto la foglia opposta.
- 6 Giriamo gli involtini spennellandoli con l'olio, cospargiamoli di semi di lino e sesamo, saliamo e disponiamoli su una teglia munita di carta da forno, quindi inforniamo a 180 °C per 2-3 minuti. Disponiamo gli involtini nei piatti. Possiamo intingere i bocconcini nella salsa di soia per un gusto più orientale, o per un gusto più nostrano, in olio evo con peperoncino piccante fresco.

