

**WEEK
W E
END**

A CASA DELLO CHEF

La ricetta per i lettori di Enzo Michele Esposito

Involtini primavera

INGREDIENTI

- 12 fogli di carta di riso
- 2 carote
- 3 foglie di verza
- 1 cipollotto
- 100 gr. di germogli di soia
- sale q.b.
- olio per friggere q.b.

Sbucciate e tagliate tutte le verdure a listarelle fini. In un wok mettete qualche cucchiaio di olio e fate soffriggere la cipolla. Quando si sarà dorata, aggiungete le carote. Lasciate cuocere per qualche minuto e poi aggiungete i germogli di soia e la verza. Salate il tutto e versatevi un bicchiere d'acqua lasciando appassire le verdure nel wok.

Nel frattempo riempite un recipiente di acqua tiepida e immergete per qualche secondo le sfoglie di carta di riso in modo che si ammorbidiscano. Stendetele su un piano e poggiate una sfoglia sopra l'altra in modo da realizzare un doppio strato. Quando le verdure saranno cotte, prendetene un cucchiaio abbondante e sistemate il ripieno al centro della sfoglia di carta di riso.

Confezionate ora l'involtino facendo attenzione a chiuderlo bene e fare in modo che le verdure siano ben compatte dentro. Met-

teteli qualche minuto in frigorifero a raffreddare e compattare, quindi friggeteli in abbondante olio. Una volta tolti dalla padella, togliete l'olio in eccesso poggiandoli su della carta assorbente e poi servite.



L'ABBINAMENTO CIBO-VINO

Questi involtini primavera saranno perfetti con un bianco floreale e fruttato come il Vermentino di Sardegna. In Sardegna tra i più conosciuti ed apprezzati vini a base di Vermentino ci sono quelli attinenti il disciplinare Vermentino di Gallura Docg, vini a Denominazione di Origine Controllata e Garantita, caratterizzati da una notevole struttura e alcolicità. Tra i vini a Denominazione di Origine Controllata a base

di Vermentino si possono citare l'Alghero Vermentino frizzante e il Vermentino di Sardegna, contraddistinto da caratteristiche più diversificate, dal vino più strutturato a quello più fresco e usato come aperitivo.

Meno strutturati ma dotati di maggiore eleganza sono i vini a Denominazione di Origine Controllata liguri a base di Vermentino, quali il Riviera Ligure di Ponente, il Val Polcevera, il Golfo del Tigullio e il Colli di Luni.



Enzo Michele Esposito è un cuoco nato a Milano. Fin da piccolo avverte una forte passione per la cucina e nella quotidianità, fra i profumi di casa, si diverte con i suoi primi maestri, i nonni, ad imparare i trucchi dei fornelli. Ha frequentato tramite l'Associazione Cuochi di Milano e Provincia corsi di aggiornamento per aumentare e migliorare la propria cultura in tema di alimenti e professionalità nel settore ristorativo. Attualmente è membro dell'Associazione Cuochi Milano e Provincia come insegnante di cucina per amatori e chef consulente per la ristorazione.

