

Rollito de Berza con Verduritas



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: CaprichosDjorge **Recetizador:** tania Segura



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Casera

Coste: Económico

El truco de esta receta:

Intentar coger las hojas más interiores, ya que las de fuera nos pueden resultar amargas para elaborar estas recetas

★ Fácil
★ Dificultad

15m.
Cocción

4 personas
Ingredientes

30m.
Preparación

lostaprichosdejorge.com

Descripción:

Llegan a la huerta los productos de Otoño-Invierno. En esta ocasión la verdura es la berza, de cosecha propia y cargadas de cogollos Y como no podía faltar una receta con este producto 100% Ecológico y natural. Con algo más de elaboración pero con un resultado sorprendente.

Ingredientes para 4 personas :

- 2 cucharadas de Salsa de tomate Casera
- 4-6 unidades de Hojas de Berza
- 1 unidad de Cebolla
- 1 unidad de Puerro
- 2 unidades de Zanahoria
- 1/2 de Calabacín
- 1/4 kg de Carne picada
- - de Sal
- - de Pimienta
- 3 dientes de Ajos laminados
- - de Pimentón

Preparación:

Paso 1

Limpieza y cocción de la berza Limpiar la berza retirando las hojas exteriores que no se puedan aprovechar. Para esta receta sería preferible coger las hojas interiores ya que son más tiernas. Una vez que las tenemos escaldarlas en agua hirviendo durante unos 3 minutos y con cuidado refrescarlas en al agua, al ser posible con hielo.

Paso 2

Una vez cortadas todas las verduras en juliana incluyendo algunas hojas de berza, pocharlas y dejarlas al

dente, agregar la carne picada y dorarla. Una vez que tenemos todo mezclado, rectificar de sal y reservarlo hasta que se enfríe.

Paso 3

Para proceder a rellenar los “paquetitos” deben estar bien escurridos y secos. Depositar el relleno encima de las hojas y enrollarlos hasta obtener un paquete. Así con todas las hojas. Introducir en el horno 10 minutos a 200°C. hasta que se doren un poquito.

Paso 4

En una sartén con un buen chorro de aceite, freír los ajos laminados y una vez dorados, fuera del fuego añadir una cucharadita de pimentón. A la hora de servir añadir un poco de refrito por encima.