

---

## Rouladen, involtini di manzo

**Autore:** Fabio Di Nunno

**Fonte:** Città Nuova

**Delle fettine sottili di manzo sono alla base della preparazione di questa tipica ricetta tedesca**

Una ricetta tedesca tipica, i **rouladen**, involtini di manzo dai sapori decisi, pensando anche al recente avvio della [presidenza di turno del Consiglio dell'Unione europea da parte della Germania](#).

**Ingredienti per 4 persone** 4 fettine sottili di carne di manzo 1 cipolla 4 cetriolini sott'aceto 4 fette di prosciutto o speck 100 g di carote 100 g di porro 50 g di sedano 100 g di cipolla 1 foglia di alloro chiodi di garofano q.b. noce moscata q.b. 50 ml di vino rosso paprica in polvere q. b. sale q. b. pepe nero in polvere q. b. una noce di burro **Tempo di preparazione** Un'ora e mezza Insaporire le fette di carne da entrambi i lati con sale, pepe e paprica in polvere. Spalmare della senape su un lato e disporvi sopra il prosciutto, una carota sottile (o affettata) e i cetriolini (a seconda della grandezza tagliarli o utilizzarne una parte). Tagliare la cipolla a fette sottili e distribuirle sulla carne. Arrotolare la carne da un lato piegando i lembi in modo da non far uscire gli ingredienti. Chiudere l'involantino con uno spago o con uno stuzzicadenti. Sciogliere del burro in una padella e rosolare l'involantino da tutti i lati. Saltare le verdure, sfumare con il vino. Aggiungere gli involtini e versare dell'acqua in modo da coprirli per  $\frac{3}{4}$ . Aggiungere l'alloro, i chiodi di garofano e un pizzico di noce moscata. Cuocere per circa 45 minuti, girando gli involtini di tanto in tanto. Aggiungere un pizzico di sale, pepe, paprica ed eventualmente della senape. Fare addensare il sugo di cottura e con esso servire l'involantino. Per un sapore più leggero, omettere dalla ricetta la senape e/o la paprica e aggiungere del concentrato di pomodoro. In Germania questi involtini vengono serviti con i classici gnocchi di patate tedeschi. *(Ricetta adattata da "L'Europa a tavola. Un viaggio gastronomico attraverso l'Europa", Europe Direct di Bolzano e Innsbruck, 2012)*