

NIDI DI VERZA

Ingredienti per 4 persone:

- 8 foglie cavolo verza
- 250 g di carne magra macinata
- 1 uovo
- 150 g di spinaci lessi
- 1 cipolla
- sale
- pepe
- olio d'oliva

Preparate un impasto con la carne, l'uovo e gli spinaci, aggiustate di sale e pepe e preparate 8 polpettine che avvolgerete nelle foglie di verza.

Chiudete con uno stecchino ogni involtino e cuocete in una teglia antiaderente nella quale avrete fatto imbiondire la cipolla.