

## Rotolo di manzo e caprino *(Secondi a base di carne)*



### Preparazione

Per presentare questo piatto ho voluto imitare i "maki" giapponesi.

Stendete sul tagliere le fette di carpaccio a formare un rettangolo. Spennellatele con olio e cospargete con un pelo di sale.

Tagliate a julienne le verdure e disponetele per lungo al centro del manzo.

Tagliate degli spicchi di formaggio e disponeteli accanto alle verdure.

Disponete la rucola sopra alle verdure e al formaggio.

Ora dovete arrotolare il tutto chiudendo per bene e, una volta ottenuto il rotolo, spennellatelo con olio e salate leggermente.

Scaldare molto una padella e abbrustolite il rotolo su tutti i suoi lati.

Toglietelo quindi dal fuoco e tagliatelo a cerchietti di circa 2 cm di larghezza.

Servite con pepe macinato fresco e olio a crudo.

### Consigli

State bene attenti allo stato di conservazione del caprino: non devono essere presenti tracce di muffa, perché a differenza dei formaggi stagionali, lo dovrete gettare per intero.

### Curiosità

Il caprino è un formaggio di buona qualità, perché è ricco di potassio e fosforo, nonché di vitamine e proteine, pur con tutta la leggerezza del latte di capra.

### Informazioni

**Preparazione** 20 minuti

**Cottura** 5 minuti

**Dosi per** 2 persone

**Difficoltà** Facile

la terra di **Puglia**



### ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP

Autentici prodotti di Puglia solo su  
[shop.laterradipuglia.it](http://shop.laterradipuglia.it)

**Sconto del 10%**

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

### Ingredienti

**Carpaccio di manzo** 300 grammi

**Rucola** 20 grammi

**Zucchine** (1 zucchina piccola)

**Carote** (1 carota piccola)

**Caprino** 40 grammi

**Sale**

**Olio extra vergine di oliva**

**Pepe**