

PRIMI PIATTI

Mezze maniche con fiori di zucca e provolone

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 12 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



Le mezze maniche con fiori di zucca e provolone sono proprio un piatto favoloso perché semplice da realizzare ma ricco di gusto, profumo e colore! Amate i fiori di zucca fritti? Avete mai pensato ad utilizzarli in un altro modo, per esempio come condimento per una pasta? Noi non solo ci abbiamo pensato ma abbiamo realizzato questa ricetta davvero sfiziosa. Se poi li amate in modo particolare, perché non fate anche le [frittelle](#)??

INGREDIENTI

MEZZE MANICHE 400 gr
FIORI DI ZUCCA 300 gr
PROVOLONE 100 gr
PARMIGIANO REGGIANO 50 gr
PECORINO 50 gr
SPICCHIO DI AGLIO 1
BASILICO 5 foglie
PEPERONCINO ROSSO PICCANTE
facoltativo - 1
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Pulite i fiori di zucca e togliete i pistilli.



2 Portate una pentola d'acqua a bollore, salatela e tuffate la pasta che dovrà cuocere al dente.



3 Rimuovete i gambi dai fiori di zucca.



- 4 Scaldate un bel giro d'olio extravergine d'oliva in una padella, preferibilmente in ferro, insieme ad uno spicchio d'aglio ed al peperoncino, se vi piace.





- 5 Quando l'aglio inizia a prendere colore, toglierlo dalla padella ed unire i fiori di zucca preparati. Fateli saltare molto velocemente.





6 Nel frattempo tagliate il provolone a dadini e metteteli da parte.



7 Scolate la pasta e fatela saltare insieme ai fiori di zucca.



8 Sminuzzate del basilico ed unitelo in padella.



9 Unite il parmigiano ed il pecorino grattugiati, mescolate bene per condire in modo uniforme.



10 Aggiungete anche il pecorino a dadini messo da parte e saltate per un altro secondo.



11 Servite le mezze maniche ancora calde con una macinata di pepe nero.

