

SECONDI PIATTI

# Barchette di zucchine alla besciamelle

---

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [20 min](#)    COTTURA: [40 min](#)    COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

---



Le barchette di **zucchine alla besciamella** sono **favolose!** Morbide e golose piacciono anche a chi non ama molto mangiare le verdure. Si tratta di una preparazione molto semplice da fare di quelle che con poca spesa si ottiene tanta resa! Questa variante è molto golosa, la crsticina che si forma con la besciamella è decisamente invitante! Non serve essere randi chef per portare in tavola un piatto del genere. Basterà un po' di manualità e il gioco è fatto! Vi sono avanzate delle zucchine? Ecco come prepararle in maniera egregia: provate lacrema di [zucchine e curry](#): favolosa!

## INGREDIENTI

ZUCCHINE 6  
BESCIAMELLA 200 gr  
PROSCIUTTO COTTO 150 gr  
FONTINA oppure Asiago o Scamorza affumicata - 70 gr  
PARMIGIANO REGGIANO 4 cucchiari da tavola  
UOVA 1  
PANGRATTATO  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 3 cucchiari da tavola  
SALE

## PREPARAZIONE

**1** Quando volete realizzare la ricetta delle zucchine a barchetta con la besciamelle per prima cosa lavate le zucchine, tagliate le estremità e sbollentare per pochi minuti in una pentola con acqua leggermente salata.

Scolatele e tagliatele a metà.

Incidete con un coltello i contorni e svuotatele aiutandovi con un cucchiaino.

Capovolgetele per far uscire l'eventuale acqua.



**2** Tagliare a dadini il prosciutto ed il formaggio.

In una ciotola mescolare la besciamella, l'uovo, il formaggio, il parmigiano, il prosciutto cotto.



**3** Se l'impasto risulta troppo liquido unite poco pangrattato.

Disponete le zucchine sulla placca ricoperta di carta forno e riempitele con il composto.



**4** Spolverizzate con pangrattato e formaggio grattugiato .

Irrorate con un filo di olio.

Infornate a 180°C per 20-25 minuti.



## CONSIGLIO

**Posso surgelare le barchette di zucchine alla besciamelle?**

Sì potresti surgelarle prima di metterle in forno.

**Quanto tempo posso conservarle in frigorifero?**

Puoi conservarle per 24 ore in frigorifero.

**Potrei realizzare questa ricetta con altre verdure?**

Sì vanno benissimo le melanzane o i peperoni.

**Se volessi evitare la besciamella per farla più light cosa posso usare?**

Puoi utilizzare della ricotta.