

ANTIPASTI E SNACK

Fiori di zucca ripieni di ricotta

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Fiori di zucca ripieni di ricotta

INGREDIENTI

FIORI DI ZUCCA 12
RICOTTA 350 gr
PARMIGIANO GRATTUGIATO
UOVO 1
PREZZEMOLO TRITATO
SALE
PEPE NERO
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
CRISTALLI DI SALE

PREPARAZIONE

- 1 Quando volete preparare i fiori di zucca ripieni di ricotta: prima di tutto occupatevi della preparazione del ripieno: raccogliete la ricotta fresca in una terrina, aggiungete nella terrina insieme alla ricotta, l'uovo, una generosa manciata di parmigiano grattugiato e insaporite il tutto con una macinata di pepe nero e un pizzico di sale.



2 Preparate a questo punto, un trito di prezzemolo abbastanza fino e aggiungetelo nella

terrina insieme alla ricotta. Mescolate e amalgamate bene tutti gli ingredienti tra loro, in modo tale da far insaporire bene la ricotta.



- 3 Una volta che avrete preparato il ripieno, prendete i fiori di zucca eliminate da essi il gambo e con delicatezza, facendo attenzione a non romperli, apriteli ed eliminate anche il pistillo interno.



- 4 Ungete con filo d'olio extravergine d'oliva una teglia foderata con della carta da forno e con l'aiuto di cucchiaino, sempre con molta delicatezza, prendete una porzione di farcia di ricotta e ripienate uno ad uno, tutti i fiori di zucca; poi adagiate i fiori di zucca ripieni di ricotta nella teglia unta d'olio.





5 Passate ancora un filo d'olio extravergine d'oliva su ogni fiore ripieno, salateli leggermente e a piacere, se lo gradite, insaporiteli anche con una macinata di pepe nero, poi trasferiteli in forno preriscaldato a 200°C per 5-10 minuti circa.





- 6 Trascorso il tempo di cottura, sfornate i fiori di zucca ripieni di ricotta e serviteli ben caldi con una leggera spolverata di granelli di sale.

