

SECONDI PIATTI

## Frittata al forno

---

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    PREPARAZIONE: 20 min    COTTURA: 40 min    COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

---



### INGREDIENTI

5 uova  
3-4 cucchiari di parmigiano grattugiato  
2 zucchine  
150 g circa di galbanino  
sale.

### PREPARAZIONE

**1** Affettare le zuchine.

Mettetele in una padella con un goccio di olio extravergine di oliva.



**2** Fatele rosolare, unite un goccio di acqua e fate cuocere fino a quando risultano morbide.



**3** Separate i tuorli dagli albumi.

In una ciotola mescolare i tuorli con il parmigiano, il galbanino tagliato a cubetti ed un pizzico di sale.



4 Quando le zucchine sono fredde unitele ai tuorli.



5 Con le fruste elettriche montare gli albumi.



6 Uniteli al composto di zucchine e tuorli e mescolare delicatamente.



7 Trasferite in una teglia foderata di carta forno.



8 Infornate a 175°C per 25-30 minuti.

