

PRIMI PIATTI

Lasagne alle zucchine

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [25 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Quando la domenica a pranzo avete voglia di fare un primo piatto che metta d'accordo tutta la famiglia, la ricetta delle **lasagne alle zucchine** è ciò che fa per voi! Questa versione è davvero facile e saporita ed è perfetta anche per una cena formale in cui dovete fare bella figura ma non avete la possibilità di star dietro ai fornelli per molto tempo. Provate questa ricetta molto interessante e se amate questo ingrediente principe della cucina italiana, vi invitiamo a realizzare anche la ricetta delle [zucchine gratinate](#): troppo buone!

INGREDIENTI

ZUCCHINE CON FIORE 800 gr
SFOGLIE DI PASTA FRESCA ALL'UOVO 6
CIPOLLA piccola - 1
CAROTA piccola - 1
COSTA DI SEDANO piccola - 1
BRODO VEGETALE 150 ml
MOZZARELLA 200 gr
PARMIGIANO GRATTUGIATO 60 gr
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PER LA BESCIAMELLA

BURRO 60 gr
LATTE 400 ml
FARINA 40 gr
SALE
NOCE MOSCATA

PREPARAZIONE

- 1** Quando volete preparare le lasagne alle zucchine per prima cosa rimuovete i fiori dalle zucchine, quindi passate con delicatezza i fiori sotto l'acqua corrente, eliminate il pistillo e, mettete i fiori da parte. Lavate, spuntate le zucchine e tagliatele a dadini. Preparate un trito fine con la carota, cipolla e sedano; quindi versate un giro d'olio extravergine d'oliva in una padella e, aggiungete in padella il soffritto appena preparato. Quando gli odori si saranno leggermente appassiti, unite in padella anche la dadolata di zucchine. Aggiungete il brodo, coprite e portate a cottura, cuocete per circa 6-7 minuti, regolate di sale e pepe. Allontanate dal fuoco.
- 2** Preparate a questo punto la besciamella: in un pentolino fate sciogliere il burro insieme alla farina dopo averla setacciata. Lasciate riscaldare per qualche minuto senza che prenda colore. Aggiungete poco alla volta il latte, mescolando continuamente con una frusta, in maniera tale che venga assorbito lentamente dal composto di burro e farina. Una volta che avrete aggiunto tutto il latte, lasciate cuocere il composto sempre mescolando a fuoco dolce, onde evitare che la salsa si bruci sul fondo e per evitare che si formino grumi. Aromatizzate con un pizzico di noce moscata e pepe, regolate di sale. Cuocete fino a raggiungere la densità desiderata, quindi allontanate dal fuoco, se necessario passatela in un colino. La besciamella è pronta.
- 3** Tutti gli ingredienti sono pronti, non vi resta altro che comporre le lasagne alle zucchine. Imburrate il fondo di una pirofila e cospargetelo con uno strato di besciamella, coprite con uno strato di lasagne, aggiungete altra besciamella, poi le zucchine, la mozzarella tagliata a dadini, spolverate con il parmigiano grattugiato. Procedete nello stesso modo anche per il secondo strato. Nell'ultimo strato di sfoglia mettete la besciamella, fiori di zucca aperti messi da parte in precedenza e condite con il parmigiano grattugiato e la mozzarella.
- 4** Trasferite in forno preriscaldato statico a 200°C per circa 20-25 minuti o fino a doratura. Trascorso il tempo necessario, sfornate, lasciate intiepidire e servite.

CONSIGLIO

Potrei aggiungere delle salsicce che ho da consumare?

Sì, certo, elimina il budello e soffriggile in una padellina antiaderente anche senza olio.

Sono avanzate un paio di porzioni, posso conservarle?

Sì certo, puoi metterle in un contenitore per alimenti e conservarle in frigorifero per massimo due giorni.

Posso aggiungere anche i fiori della zuccina?

Sì assolutamente!