

SECONDI PIATTI

Polpettone di zucchini

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

1 kg di zucchini
250 di ricotta oppure la mollica di pane bagnata nel latte
3 uova
70 g di parmigiano grattugiato
20 g di funghi secchi
maggiorana
pepe
pane grattugiato
aglio
prezzemolo
carota
sedano cipolla
olio extravergine di oliva
sale.

PREPARAZIONE

- 1 Preparare il soffritto con tutti gli odori e i funghi rinvenuti in acqua tiepida e tritati, mettere in una capace pentola.



- 2 Quindi aggiungere gli zucchini tagliati a quadrotti.



- 3 Lasciare stufare gli zucchini aggiungendo un bicchiere d'acqua a fuoco basso e coperti.

Quando saranno morbidi tritarli con il minipimer ma non troppo e se necessario farli asciugare scoperti.



- 4 Lasciare intiepidire il composto, quindi aggiungere la ricotta, le uova, il parmigiano, la maggiorana, il sale e il pepe. Mettere in una teglia oleata e cosparsa di pane grattugiato, rispolverare con pane grattugiato, mettere un filo d'olio e infornare a 200° per 50 minuti circa.



