

ANTIPASTI E SNACK

Sformatino di zucchine, ricotta e pancetta

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [45 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Lo sformatino di zucchine, ricotta e pancetta è un piatto entusiasmante, adatto sia ad una cena in famiglia che a un menù più formale. Unisce il trionfo di sapori ben consolidati ad un'estetica invitante e colorata. Provate questa ricetta meravigliosa che vi tornerà utile anche per buffet e aperitivi con gli amici.

INGREDIENTI

ZUCCHINE 4

RICOTTA a piacere di pecora o mucca - 400 gr

PANCETTA (TESA) 100 gr

TUORLO D'UOVO 2

PARMIGIANO REGGIANO grattugiato - 100 gr

BURRO per gli stampini -

PANGRATTATO per gli stampini - 2 cucchiaini da tavola

PREPARAZIONE

1 Lavate, spuntate ed affettate molto finemente le zucchine.

Scaldate molto bene una griglia, quindi ponetevi le zucchine facendole cuocere fino a che risultino morbide.



2 Imburrate dei pirottini monoporzione, quindi mettetevi del pangrattato e ruotatevi in modo tale che il pangrattato rivesta uniformemente la superficie interna del pirottino.



- 3 Con le zucchine grigliate, foderate l'interno del pirottino facendo attenzione a non lasciare nessuno spazio vuoto e facendo in modo che le zucchine messe verticalmente sui bordi fuoriescano in parte.



- 4 Preparate il ripieno: riunite in una ciotola la ricotta ed i tuorli ed amalgamate questo ingredienti con una forchetta o con una piccola frusta.



- 5 Insaporite il composto con il parmigiano grattugiato.



6 Tagliate la pancetta a bastoncini molto piccoli rimuovendo la scorza ricca di pepe.



7 Unite anche la pancetta al composto di ricotta e mescolate bene per amalgamare il tutto.



- 8 Distribuite la farcia nei pirottini fino a raggiungere i 3/4 della capienza di ciascun pirottino.



- 9 Richiudete le fette di zucchine che fuoriescono dallo stampino sopra la farcia.



- 10 Mettete gli stampini su di una teglietta o su di una placca da forno ed infornateli a 180°C per 25 minuti.



- 11** Una volta cotti, sformateli e fateli riposare per 5 minuti, quindi sformateli sui piatti da portata.



- 12** Servite gli sformatini di zucchine ancora caldi o tiepidi.

NOTE

La ricotta, ingrediente utilizzato in questa ricetta, viene ritenuto comunemente un latticino non troppo magro. Si tratta in realtà di un prodotto che subisce una lavorazione diversa da quella dei formaggi e nonostante sia una ricca fonte nutrizionale, non è un alimento grasso. La ricotta è in Italia un prodotto largamente diffuso, preparato con il siero del latte che viene scartato nella maggior parte delle altre preparazioni di formaggi. La produzione e il tipo di ricotta che troviamo in commercio sono numerosi e vari, principalmente legati a tradizioni culinarie regionali, che ne caratterizzano il sapore anche con spezie più o meno forti, dal pepe in grani al peperoncino molto piccante. Il tipo di siero utilizzato definisce il tipo di ricotta che mangeremo: capra, vacca o pecora, a seconda dell'origine del latte. La ricotta è un ingrediente versatile, utilizzato nella gastronomia italiana a 360 gradi, dagli

antipasti al dolce, dal pane alle creme.