

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Teglia di verdure

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) COSTO: [basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Che sia carne o pesce una bella, colorata, sana e gustosa **teglia di verdure al forno** è sempre un contorno perfetto! Mette decisamente allegria ed è in genere un contorno molto gradito a tutta la famiglia. Si tratta inoltre di una ricetta furba perché possiamo usarla come svuota frigo utilizzando le verdure che hanno bisogno di essere consumate. Provate questa versione e fateci sapere se vi è piaciuta. Se come noi amate le verdure in forno ecco anche un'altra ricetta da fare assolutamente:

[omelette](#) di verdure!

INGREDIENTI

PATATE 2
ZUCCHINE 1
CIPOLLE 1
CAROTE 1
FUNGHI 2
PEPERONI 1
POMODORINI
FIORI DI ZUCCA
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
PANGRATTATO
SALE

PREPARAZIONE

1 Per realizzare la teglia di verdure, in una pirofila da forno mettere un filo d'olio.



2 Affettare la cipolla e distribuirla uniformemente nella teglia.



3 Affettare le patate e distribuirle sopra le cipolle nella teglia.



4 Spargere del pangrattato sulla superficie delle patate, condire con un filo d'olio e salare.



5 Fare uno strato con le zucchine affettate.



6 Realizzare un ulteriore strato con la carota e distribuire, nuovamente, del pangrattato, un filo d'olio e sale.



7 Procedere, quindi, coi funghi, realizzando uno strato uniforme.



8 Unire i peperoni alla teglia e distribuire ancora il pangrattato, l'olio ed il sale.



9 Realizzare un altro strato di patate affettate e terminare con i pomodorini e i fiori di zucca, quindi un ultimo strato di pangrattato olio e sale.



10 Infornare a temperatura medio-alta per almeno 50 minuti.



CONSIGLIO

Posso eliminare i funghi?

Certo, verrà buonissima lo stesso.

Potrei mettere ciò che resta sulla pasta il giorno dopo?

Assolutamente sì, se fosse troppo asciutto allunga con un po' di acqua.

Quanto posso tenerla in frigo?

Per ventiquattro ore tranquillamente!