

MARMELLATE E CONSERVE

## Zucchine croccantine sott'olio

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: molto bassa    COSTO: basso    REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



### INGREDIENTI

Zucchine  
acqua ed aceto nelle stesse quantità  
olio extra vergine di oliva  
peperoncino piccante  
aglio a fettine  
menta.

### PREPARAZIONE

**1** Questo procedimento è un pò più lungo del normale, ma è necessario per avere delle zucchine croccanti e consistenti.

Togliere la parte spugnosa delle zucchine, dopo averle tagliate a metà



**2** Affettarle sottilmente (utilizzando l'apposita affettatrice)



**3** sistemarle allargate in un cesto e farle appassire un pò al sole, rigirandole un paio di volte



4 dopo 5/6 ore sono pronte.



5 Portare a bollore acqua ed aceto bianco in pari porzione (1/2 l. acqua e 1/2 l. aceto) aggiungendo il sale. Versare le zucchine e cuocere 3-4 min.



6 poi scolare e sistemarle in un canovaccio.



7 Fare asciugare bene le zucchine, poi versarle in una zuppiera e condire con un pò di olio extravergine d'oliva, aggiungere il peperoncino, l'aglio a fettine e le foglie di menta



- 8 mescolare bene e sistemarle nei vasetti, precedentemente sterilizzati, pigiando bene, versare un pò di olio extravergine d'oliva fino a coprire.



- 9 Verificare dopo qualche ora se è necessario aggiungere ancora olio e solo dopo chiudere i vasetti.

