CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Zucchine gratinate al forno

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 20 min COSTO: molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

Le **zucchine gratinate al forno** sono un contorno **semplice** ed **incredibilmente gustoso**. Questo piatto **versatile** e **colorato** è una meravigliosa ricetta veloce e semplice, adatta per accompagnare molti piatti, estivi e non. In questa **ricetta** troviamo un **equilibrio perfetto** tra la **morbidezza delle zucchine** e la **croccantezza del pangrattato**, nella nostra versione trovi anche del **Parmigiano Reggiano grattugiato**, ma è opzionale, se vuoi rimanere sul **contorno leggero**, puoi tranquillamente non metterlo.

Non so tu, ma noi non ci stanchiamo mai di **portare in tavola** delle deliziose ricette con le zucchine! Tra

tutti i piatti che abbiamo cucinato fino ad ora non sappiamo proprio dire quale ci sia piaciuto di più, **segui le nostre ricette con video e passo passo fotografico** per assaggiarle tutte!

Ecco per te altri contorni semplici, veloci e leggeri adatti all'estate:

Zucchine in padella
Peperoni in agrodolce con olive
Caponatina
Bruschette di melanzana
Ravanelli arrosto

INGREDIENTI

ZUCCHINE 800 gr

PARMIGIANO REGGIANO Opzionale - 60 gr

PANGRATTATO 40 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

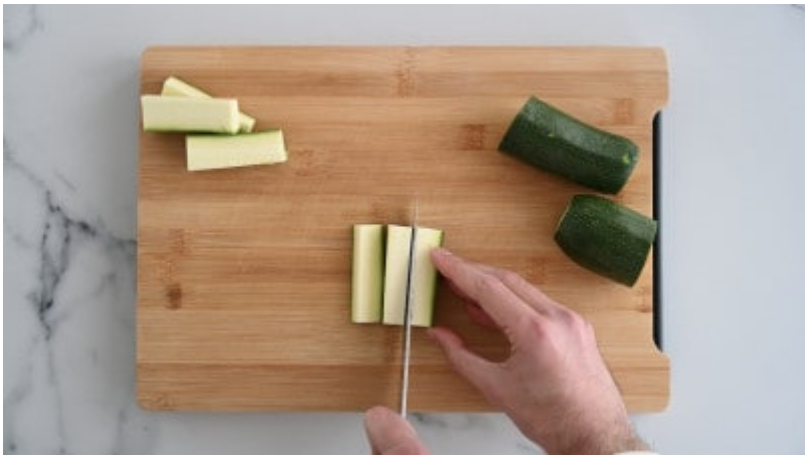
SALE

PEPE NERO

Preparazione

1 Per preparare le **zucchine gratinate al forno** per prima cosa togli le estremità alle zucchine, tagliale in tre e poi ancora una volta a metà per il lungo, quindi in 2-3 parti così da formare dei bastoncini. Metti le zucchine tagliate in una ciotola, aggiungi l'olio, il sale e mescola.

Prepara la panatura: in una ciotola versa il pangrattato, il parmigiano e il pepe, mescola tutto.



2 Rivesti una teglia con la carta forno, distribuisci le zucchine in un unico strato su tutta la superficie della teglia e cospargile con la panatura.

3 Irrora con un giro di olio e cuoci in forno preriscaldato, statico, a 200°C. per 20 minuti e, infine, per qualche minuto con il grill a 220°C. finché non saranno dorate. Le zucchine gratinate al forno sono pronte per essere servite.