

SECONDI PIATTI

Zucchine gratinate con besciamelle e gamberetti

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 25 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

5 zucchine medie
100 g di gamberetti
50 gr di parmigiano grattugiato
poco pangrattato.

PER LA BESCIAMELLA

500 ml di latte
50 g di farina
50 g di burro
poca noce moscata
sale e pepe.

PREPARAZIONE

1 Per la besciamella: in una casseruola fate sciogliere il burro con la farina e fatelo

sfrigorare, quando questo è raggiunto un colore nocciola, unite il latte e mescolare, unite anche la noce moscata e portata a bollore, unite i gamberetti quindi fate addensare per 5 minuti.

Fate raffreddare quindi unite il parmigiano.

Tagliare a metà le zucchine e svuotare l'interno, sbollentarle per due minuti in acqua bollente salata, scolare, asciugare e riempirle con la besciamelle e gamberetti, trasferirle in una teglia, spolverizzare con pangrattato e infornare per 15 minuti a 180°C.

