

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Zucchine marinate

LUOGO: Europa / Italia

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

NOTE: RIPOSO IN FRIGO 3 ORE



INGREDIENTI

ZUCCHINE 8
SALE FINO mezzo bicchiere -
ACETO
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
CAPPERI
PREZZEMOLO
AGLIO

PREPARAZIONE

- 1 Tagliare le zucchine a triangolini di circa 1 cm, metterle in una ciotola, aggiungere il sale. mescolare e lasciare riposare per un'ora.



2 Coprire con aceto e lasciare riposare un'altra ora.



3 Preparare un trito con prezzemolo e aglio e metterlo in un contenitore da frigo, aggiungere capperi e olio, a piacere anche qualche filetto di acciuga. Scolare le zucchini in uno scolapasta, passarle velocemente sotto l'acqua e unirle al composto, mettere in frigo per qualche ora.

