

SECONDI PIATTI

Frittata di zucchine al forno

di: *Cookaround*



INGREDIENTI

ZUCCHINE 1 kg

UOVA 6

SALE

PEPE

BURRO

PROVOLONE 50 gr

PARMIGIANO REGGIANO 40 gr

LATTE 50 ml

La frittata di zucchine al forno è una ricetta buona, light, vegetariana e perfetta per grandi e piccoli.

Leggera e delicata infatti il suo sapore è ben gradito anche da chi non ama la verdura e le zucchine in particolare.

La cottura al forno la rende morbidissima, una nuvola, senza appesantirla di olio.

Provate questa proposta e se cercate altre ricette di frittata, ecco per voi nuove idee per farne di ottime:

[frittata con patate](#)

[frittata di pomodori](#)

[frittata di cipolle](#)

PREPARAZIONE

- 1 Per realizzare la ricetta della frittata di zucchine al forno per prima cosa un un contenitore capiente sbattete con una forchetta o con una frusta le uova, mescolandole con il sale, il pepe, il parmigiano e il latte.





2 Spuntate ora le zucchine dopo averle lavate per bene, quindi tagliatele a rondelle possibilmente con una mandolina.





3 Disponetele ora in cerchio, formando una cordoncino con le fettine e riempite tutta la teglia da forno oliata.

Sulle zucchine versate il composto di uova.





4 Aggiungete sulla superficie qualche pezzo di formaggio, non troppo acquoso.



5 Infornate in forno già caldo a 180 gradi per 35 minuti.



6 Una volta che si sarà fatta in superficie la crosticina croccante, sfornate, aspettate qualche minuti quindi sformatela in un piatto. Tagliatela a fette e servite.





