

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

# Frittelle con le zucchine

---

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: molto bassa    PREPARAZIONE: 30 min    COTTURA: 10 min    COSTO:

molto basso    REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

---



Le **frittelle con le zucchine** sono un **piatto semplice e gustoso e molto versatili**, infatti si possono preparare in diversi modi. La ricetta prevede come ingrediente principale delle **zucchine grattugiate** o tagliate a **julienne**, mescolate con **uova, formaggio grattugiato, farina** ed eventuali **aromi a piacere**. Le **frittelle di zucchine** si possono cuocere in padella con olio bollente, oppure al forno per una versione più leggera. Puoi servire queste deliziose [polpette](#) come [antipasto](#), [contorno](#) o [secondo piatto](#), accompagnate da **salse** o **insalate**. Le **frittelle con zucchine fritte** sono una **ricetta** tipica della **cucina italiana**, cucinate in ogni regione, ognuna con la sua variante locale.

Seguendo la **nostra video ricetta** con **passo passo fotografico**, potrai gustare anche tu delle **buonissime frittelle** di zucchine.

Prova anche queste ricette con le zucchine, ti piaceranno!

[Chips di zucchine al forno](#)

[Stick di zucchine al forno](#)

[Rosti di zucchine e cipolle](#)

## INGREDIENTI

ZUCCHINE 2

FARINA 70 gr

UOVA 2

PARMIGIANO REGGIANO grattugiato - 50 gr

EMMENTHAL grattugiato - 50 gr

SALE

PEPE

OLIO DI SEMI per friggere -

## PREPARAZIONE

- 1 Rompi le uova in una ciotola e sbattile con una frusta, unisci il formaggio ed aggiungi un poco di sale e del pepe macinato, mescola bene il tutto e metti da parte.





2 Lava le zucchine e taglia le due estremità, quindi riducile in pezzetti grattandole con una grattugia a fori larghi, infine trasferiscile in un canovaccio strizzandole, in questo modo le priverai dell'acqua di vegetazione in eccesso. Quando le zucchine saranno ben strizzate, aggiungile al composto di uova, poi mescola il tutto. Amalgama il composto ottenuto con la quantità di farina prevista.



**3** Metti l'olio di semi in una padella e portalo a temperatura, se non possiedi un termometro da cucina, per capire se la temperatura dell'olio è corretta, immergici la punta di uno stuzzicadenti, se intorno ad essa si formano delle bollicine significa che puoi usarlo per friggere. Adagiate nell'olio caldo un cucchiaino di composto e fai cuocere le frittelle da entrambe le parti. Al termine della cottura trasferisci le frittelle di zucchine su della carta assorbente e servi ben calde.

