

PRIMI PIATTI

# Gnocchi di zucchini

---

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [40 min](#)    COTTURA: [5 min](#)    COSTO:

[molto basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

---



Gli **gnocchi di zucchini**, questi **piccoli bocconcini colorati** racchiudono in sé il **sapore delicato delle zucchini**, la **consistenza morbida e invitante** degli [gnocchi di patate](#), pur non contenendo nè patate nè formaggi, e la **freschezza** di un piatto perfetto per la primavera e l'estate. **Realizzare gli gnocchi di zucchini in casa è sorprendentemente semplice e divertente, e il risultato ti lascerà senza fiato.**

Con questa **ricetta**, ti guideremo **passo dopo passo** nella realizzazione di **gnocchi di zucchini fatti in casa** degni di uno chef stellato! Gli gnocchi di zucchini sono un [primo piatto](#) che si sposa perfettamente con condimenti sani e leggeri,

insomma, la nostra ricetta è fatta apposta per te che hai un occhio di riguardo alla salute e alla cura della tua alimentazione. Iniziamo a cucinare?

## INGREDIENTI PER FARE GLI GNOCCHI DI ZUCCHINE

ZUCCHINE 1 kg

FARINA 00 + q.b. per la spianatoia - 150 gr

TUORLO D'UOVO grande - 1

SALE FINO 5 gr

## COME SI PREPARANO GLI GNOCCHI DI ZUCCHINE

**1** Lava le zucchine e spuntale nelle due estremità. Grattugiale con una grattugia a fori larghi, infine trasferiscile nel boccale del mixer ad immersione e frullale.

Prendi una ciotola, appoggiaci sopra un colino a maglia stretta, precedentemente foderato con un canovaccio pulito, versa le zucchine frullate sul canovaccio.

Chiudi il canovaccio stringendo i lembi esterni e, con le mani, strizza bene le zucchine al suo interno, in modo da togliere l'acqua che inevitabilmente rilasciano, dovrai ottenere una consistenza cremosa. **Attenzione, questo passaggio è fondamentale per la buona riuscita dell'impasto degli gnocchi di zucchine.**





- 2** Trasferisci la polpa delle zucchine nella ciotola e prepara i prossimi ingredienti, ovvero: il tuorlo d'uovo, il sale e la farina.



**3** Condisci la polpa di zucchine con il tuorlo d'uovo, il sale e la farina, amalgama il composto. Otterrai un panetto morbido e lavorabile, che trasferirai in una spianatoia infarinata.

Ora inizia a preparare dei filoncini con l'impasto degli gnocchi di zucchine: taglia un pezzetto di impasto e assottiglialo con le mani. Dividi ogni filoncino ottenuto con un coltello creando così i gli gnocchetti. Man mano che formi gli gnocchi di zucchine rigali con l'apposito attrezzo, oppure puoi utilizzare la forchetta.







- 4 Porta a bollire abbondante acqua in una pentola, appena inizia a bollire aggiungi il sale grosso e gli gnocchi. Quando vengono a galla puoi raccogliarli con la schiumarola e condirli a piacere.



## 5 CONDIMENTI SQUISITI PER I TUOI GNOCCHI DI ZUCCHINE

**Classico burro e salvia:** un connubio intramontabile che esalta il sapore delicato delle zucchine. Sciogli il burro in padella, aggiungi le foglie di salvia e falle soffriggere per un minuto. Unisci gli gnocchi scolati e saltali in padella per qualche minuto, mescolando delicatamente. Spolverizza con parmigiano grattugiato a piacere.

**Pesto alla genovese:** un pesto fresco e aromatico che regalerà ai tuoi gnocchi di zucchine un gusto intenso e mediterraneo. Prepara il pesto con basilico, pinoli, aglio, parmigiano e olio extravergine d'oliva. Unisci il pesto agli gnocchi scolati e mescola bene per distribuirlo uniformemente. Aggiungi un filo d'olio a crudo e qualche pinolo per guarnire.

**Ragù di carne:** un condimento ricco e saporito che piacerà a tutti gli amanti dei sapori decisi. Prepara un ragù di carne con macinato di manzo, soffritto di cipolla, carota e sedano, polpa di pomodori e basilico. Cuoci il ragù per circa un'ora, poi unisci gli gnocchi scolati e mescolali con il

sugo. Spolverizza con parmigiano grattugiato a piacere.

**Pomodorini e ricotta salata:** un condimento semplice e leggero, perfetto per la stagione estiva.

Taglia i pomodorini a metà, condiscili con olio extravergine d'oliva, sale e pepe. Unisci i pomodorini agli gnocchi scolati e saltali in padella per un minuto. Sbriciola la ricotta salata sopra gli gnocchi e servi.

**Gorgonzola e noci:** un condimento cremoso e saporito che conquisterà i buongustai. Sciogli il

gorgonzola a fuoco dolce con un cucchiaio di panna o latte. Unisci gli gnocchi scolati al gorgonzola fuso e mescola bene. Aggiungi le noci tritate grossolanamente e servi.

SE TI SONO PIACIUTI GLI GNOCCHI DI ZUCCHINE, PROVA ANCHE

[Gnocchi di ricotta](#)

[Gnocchi di zucca](#)

[Gnocchi di semolino vegani](#)

[Gnocchi alla romana](#)

[Gnocchi di patate viola](#)

QUESTE RICETTE: