

SECONDI PIATTI

# Parmigiana di zucchini

di: *Cookaround*

---

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **bassa**    PREPARAZIONE: **20 min**    COTTURA: **40 min**    COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

---



La **parmigiana di zucchini** è sicuramente la variante più famosa dell'originale [parmigiana di melanzane](#). Anche per la ricetta con le zucchini se ne trovano mille e più varianti: parmigiana di zucchini in bianco, parmigiana di zucchini veloce, parmigiana di zucchini tutto a crudo. Noi vi diamo la nostra versione in rosso e arricchita di ogni ben di Dio: mozzarella, mortadella, uova sode, parmigiano e chi più ne ha più ne metta!

La **parmigiana di zucchini fritte** è davvero saporita e non vi farà rimpiangere quella originale perché

molto saporita.

Una bella ricetta che attraversa in modo trasversale tutto l'anno, perchè? Non avete mai provato a portare un pezzo di parmigiana in spiaggia? Con questa ricetta vedrete che ne sarete tentati!

Se le amate in modo particolare ecco per voi altre proposte molto interessanti:

[Parmigiana di melanzane semplice](#)

[Parmigiana di melanzane alla napoletana](#)

[Parmigiana light](#)

## INGREDIENTI

ZUCCHINE 4

MOZZARELLA 2

UOVA 4

PASSATA DI POMODORO 400 gr

MORTADELLA a fette - 100 gr

PARMIGIANO GRATTUGIATO 100 gr

BASILICO 1 ciuffo

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

OLIO DI SEMI PER FRITTURA

FARINA

SALE

## PREPARAZIONE

- 1 Quando volete preparare la parmigiana di zucchine, per prima cosa preparate subito la salsa di pomodoro frullando la passata di pomodoro con un ciuffo di basilico, un pizzico di sale e un giro d'olio extravergine d'oliva.

Trasferite la salsa in una padella o in una casseruola e mettetela sul fuoco a ridursi.



- 2** Mettete le uova a rassodare: immergetele in acqua fredda e ponete il pentolino sul fuoco, contate 8 minuti da quando l'acqua inizia a bollire.



- 3** A questo punto dedicatevi alle zucchine: lavatele, spuntatele ed affettatele per il lungo con una mandolina o con un coltello avendo l'accortezza di tagliare tutte le fette dello stesso spessore, quindi infarinatele.



- 4 Scaldate l'olio di semi per frittura e quando è ben caldo, tuffatevi le zucchine che dovranno friggersi fino a diventare leggermente dorate. Una volta fritte, trasferitele in un colino e lasciatele asciugare bene dall'olio in eccesso.





**5** Nel frattempo affettate anche le mozzarelle.



**6** Dedicatevi ora a confezionare la parmigiana: sporcate il fondo di una pirofila con la salsa di pomodoro, realizzate un primo strato di zucchini, distribuite sopra la mozzarella, il parmigiano e le fette di uova sode.

Procedete con gli strati aggiungendo, a piacere, le fette di mortadella.

Ultimate con uno strato di zucchini e parmigiano grattugiato.







7 Infornate a 180°C per 20 minuti o fino a doratura.



8 Fate riposare la parmigiana per una decina di minuti prima di tagliarla, quindi servite.





CONSIGLI