

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Zucchine in agrodolce in padella

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 8 min COTTURA: 15 min COSTO:
molto basso



Le zucchine in agrodolce in padella sono un [contorno](#) estivo semplice e sfizioso, perfetto da accompagnare a secondi piatti di carne o pesce grigliati. Questa ricetta rustica e casalinga è un piatto intramontabile dai sapori forti e decisi che esalta al meglio il gusto delicato di ortaggi di stagione.

Venite a scoprire altre sfiziose varianti di questa ricetta:

[Zucchine sott'olio](#)

[Zucchine alla scapece](#)

[Insalata in agrodolce](#)

[Cous cous con verdure in agrodolce](#)

INGREDIENTI

ZUCCHINE 300 gr
SPICCHIO DI AGLIO 1
OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA 30 ml
ACETO DI VINO BIANCO 30 ml
ZUCCHERO 20 gr
FOGLIE DI BASILICO 4
FOGLIE DI MENTA 4
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Per preparare le zucchine in agrodolce in padella lavate ed asciugate accuratamente le zucchine, spuntatele e dividetele a metà nel senso della lunghezza. Tagliate ogni metà zucchini a julienne spessa. In una padella versate l'olio extravergine d'oliva con lo spicchio d'aglio diviso a metà e lasciatelo dorare a fiamma media quindi unite le zucchine.



- 2 Fate cuocere le zucchine a fiamma media finché non saranno dorate da tutti i lati, mescolate delicatamente. In un pentolino versate l'aceto bianco e lo zucchero e mettete sulla fiamma il tempo necessario a far sciogliere lo zucchero, quindi aggiungete le foglie di basilico, di menta ed il pepe nero. Versate l'emulsione agrodolce sulle verdure e

mescolate delicatamente.



- 3 Alzate leggermente la fiamma in modo da facilitare l'evaporazione dell'aceto, lasciate cuocere finché non sarà del tutto evaporato e regolate di sale.



CONSIGLIO

Per questa ricetta vanno benissimo sia le zucchine scure che quelle chiare, con quelle chiare avrete solo un gusto più delicato della verdura.

CONSERVAZIONE

Le zucchine in agrodolce si conservano in frigorifero per massimo 3 giorni, coperte con della pellicola per alimenti o in un contenitore ermetico.