

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Carpaccio di zucchine

di: fly04

LUOGO: Europa / Italia

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

NOTE: + 1 ORA DI RIPOSO



INGREDIENTI

ZUCCHINE 4-5 preferibilmente piccole -
RUCOLA FRESCA 1 mazzetto
GRANA o parmigiano - 50 gr
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4-5
cucchiaini -
LIMONE 1
SALE

PREPARAZIONE

- 1 Lavate e spuntate le zucchine, con un pelapatate tagliare fettine sottili, mettetele in un colino, cospargetele di sale e fate riposare per 30 minuti facendo perdere l'acqua di vegetazione.



2 Disponetele in un piatto e conditele con olio e limone.



3 Dopo 30 minuti scolatele dal condimento, allineatele su di un piatto da portata e ricopritele con la rucola.



4 Coprite con un secondo strato di zucchine e ricoprite il tutto con scaglie di formaggio.

