

SECONDI PIATTI

Grigliata di spiedini di prosciutto e verdure

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *10 min* COTTURA: *15 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*

NOTE: *+ 1 ORA DI MARINATA*



Gli spiedini non possono certo mancare in una grigliata che si rispetti, questi sono da provare per la presenza delle verdure che mantengono morbida la carne di maiale, oltre che fare da saporito contorno.

INGREDIENTI

PROSCIUTTO FRESCO 500 gr

ZUCCHINE 1

POMODORI rosso - 1

CIPOLLE 1

PEPERONI 1

ROSMARINO 1 rametto

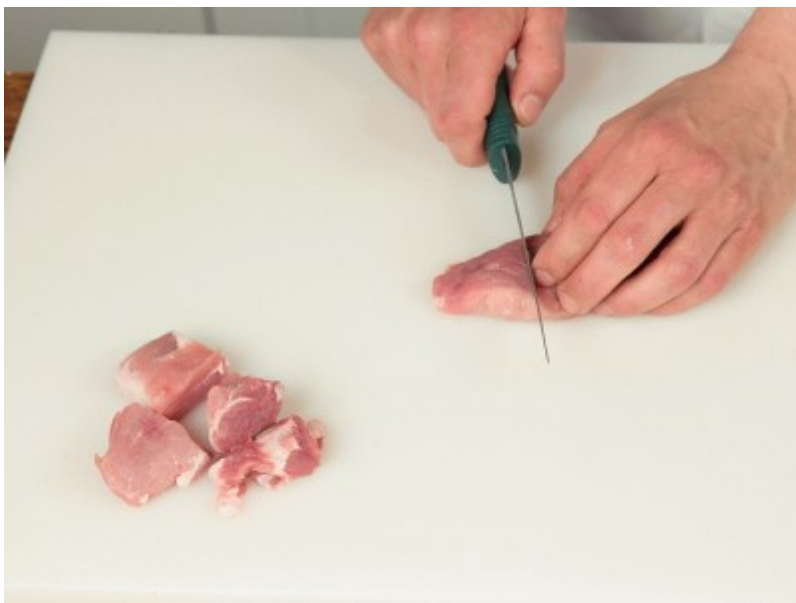
SALE

PEPE NERO

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PREPARAZIONE

- 1 Tagliate la carne in pezzi di 40- 50 g, mondate le verdure e tagliate anch'esse a pezzettoni; tagliate la cipolla in 4 parti.



- 2 Confezionate gli spiedini infilzando i pezzi di carne alternati a pezzi di verdura.



- 3 Condite gli spiedini con sale, pepe, rosmarino e olio.



4 Lasciate marinare gli spiedini in frigorifero per un'ora coperti con della pellicola.

Riscaldare una griglia di ghisa e quando questa sarà rovente, grigliatevi gli spiedini per 7 minuti per lato.



5 Serviteli immediatamente.