

PRIMI PIATTI

Timballo di cous cous di worrie

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 6 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 30 min COTTURA: 20 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

COUSCOUS 350 gr
ZUCCHINE 4
CIPOLLA grossa - 1
PATATE 2
PANNA 200 ml
SALE
AGLIO
PEPERONCINO
ORIGANO
PEPE
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PREPARAZIONE

- 1 Tagliare la cipolla a fettine e farla appassire nell'olio. Tagliare le zucchine a rondelle e buttarle nella cipolla; insaporire il tutto con il sale, l'aglio, il pepe, il peperoncino,

l'origano. Aggiungere una delle 2 patate tagliata a cubetti e cuocere il tutto per circa 5 min. dopodiché tenere da parte alcune rondelle di zucchine per la decorazione e continuare la cottura. Quando saranno diventate morbide frullarle con il frullatore ad immersione. Aggiungere la panna. Intanto mettere il cous cous a cuocere e quando è pronto farlo saltare nella crema di zucchine. Decorare il piatto con l'altra patata precedentemente bollita e le zucchine messe da parte.