

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Zucchine gratinate al forno

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **10 min** COTTURA: **20 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



Le zucchine gratinate al forno sono un [contorno](#) semplice e genuino, perfetto per i menu di primavera. Basteranno pochi e semplici ingredienti per realizzare questa ricetta espressa, perfetta anche per chi è alle prime armi in cucina. Questi deliziosi bastoncini di zucchine sono ottimi da accompagnare a [secondi piatti](#) di pesce o di carne. Per arricchirle di gusto, e renderle più sfiziose, potete aggiungere delle spezie oppure erbe aromatiche di vostro gradimento. Potete anche aggiungere altre verdure come le melanzane, i peperoni, le cipolle, le patate o perché no, creare di volta in volta un gustoso mix.

Cercate un'altra ricetta con le zucchine? Qui vi diamo qualche altra idea per utilizzarle nel modo migliore!

[Zucchine ripiene gratinate](#)

[Zucchine al forno](#)

[Zucchine al formaggio](#)

[Zucchine gratinate al formaggio](#)

INGREDIENTI

ZUCCHINE 800 gr

PANGRATTATO 40 gr

PARMIGIANO REGGIANO 60 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

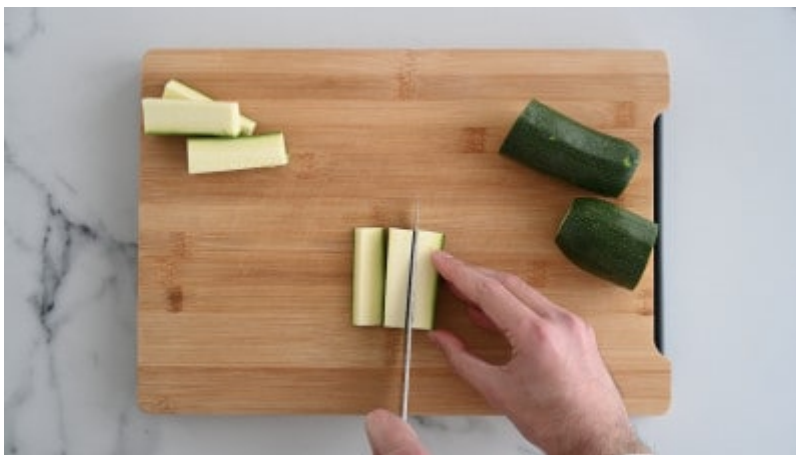
SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Per preparare le zucchine gratinate al forno per prima cosa togliamo le estremità alle zucchine, tagliamole in tre e poi ancora una volta a metà per il lungo, quindi in 2, 3 parti, così da formare dei bastoncini. Inseriamole in una ciotola, aggiungiamo l'olio, il sale e mescoliamo. Ora prepariamo la panatura. In una ciotola versiamo il pangrattato, il

parmigiano, il pepe e mescoliamo.



2 Rivestiamo una teglia con la carta forno, distribuiamo le zucchine e aggiungiamo la panatura.





3 Irroriamo con un giro di olio e cuociamo in forno preriscaldato statico a 200 gradi per 20 minuti e poi per qualche minuto con il grill a 220 gradi, finché non saranno dorate. Le nostre zucchine sono pronte per essere servite.



