

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

## Zucchine marinate

di: *Cookaround*

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Lazio](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#)    PREPARAZIONE: [10 min](#)    COTTURA: [5 min](#)    COSTO:  
[molto basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



### INGREDIENTI

ZUCCHINE 4

SALE

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiari da tavola

SPICCHIO DI AGLIO 2

ACETO DI VINO BIANCO 2 cucchiari da  
tavola

PREZZEMOLO ½ ciuffi

Le **zucchine marinate** sono il contorno perfetto nelle giornate calde. È proprio d'estate che si trovano le zucchine migliori anche se ormai tutto l'anno nei supermercati ma ovviamente non sono così saporite! Bene, allora se avete voglia di fare un buon piatto con questo ortaggio, provate questa nostra ricetta, semplice e economica. Le zucchine marinate sono un abbinamento perfetto sia con i secondi di carne che con quelli di pesce, insomma un vero asso nella manica!

Le zucchine marinate sono davvero buone e sono perfette in ogni occasione!

Se amate i contorni freddi e da preparare in anticipo, provate anche le melanzane grigliate o i peperoni in padella: favolose!

# Preparazione

- 1 Quando volete realizzare questo contorno di zucchine marinate, tagliatele a rondelle e fatele cuocere in una padella con l'olio, rosolandole leggermente.



- 2 Trasferite le zucchine rosolate in un piatto da portata e conditele con aglio, olio d'oliva, sale, aceto e una manciata di prezzemolo tritato.



- 3 Fate riposare per circa un'ora, appena prima di servire mescolate un'ultima volta e portate in tavola.

## Consiglio