

SECONDI PIATTI

Zucchine ripiene di carne

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **25 min** COTTURA: **40 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



Le zucchine ripiene di carne sono un [secondo piatto](#) casalingo dai sapori intramontabili, senza dubbio uno dei modi più appetitosi per gustare le zucchine di stagione. Facili e versatili, queste zucchine ripiene si possono farcire nei modi più stuzzicanti, sfruttando anche qualche ingrediente avanzato nel frigo. Immancabile la carne macinata che farà da base al ripieno, da arricchire con formaggi, salumi e la stessa polpa delle zucchine svuotate.

Se amate le zucchine e cercate sempre nuovi modi per farle in maniera saporita ecco una nuova ricetta

da provare: [crema di zucchini al curry](#), favolosa!

Venite a scoprire altre varianti di questa ricetta:

[zucchini ripiene](#)

[zucchini ripiene con scamorza](#)

[zucchini ripiene di tonno](#)

[zucchini ripiene di formaggio](#)

INGREDIENTI

ZUCCHINE grandi - 4

CARNE MACINATA DI MANZO 200 gr

PARMIGIANO REGGIANO grattugiato -

100 gr

MORTADELLA 150 gr

PROSCIUTTO COTTO 100 gr

UOVO 1

MOLLICA DI PANE RAFFERMO 60 gr

LATTE INTERO

SALE

PEPE NERO

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiaini da tavola

PREPARAZIONE

- 1 Per preparare le zucchini ripiene di carne in una ciotola poniamo la mollica di pane raffermo e ammorbidiamola con del latte. Sbollentiamo le zucchini in acqua bollente salata per 5 minuti e nel frattempo prepariamo il ripieno.



2 Sminuzziamo la mortadella e il prosciutto cotto finemente, inseriamoli in una ciotola con la carne macinata, l'uovo,





3 il parmigiano, il pane strizzato, il pepe, il sale.



4 Mescoliamo per amalgamare. Quando le zucchine sono pronte facciamole intiepidire e tagliamole a metà per lungo.



- 5** Scaviamo la polpa con un cucchiaino e disponiamole in una teglia oleata. Aggiungiamo un pizzico di sale su ogni zucchini.





- 6 Riempiamo con la farcia le zucchine svuotate. Aggiungiamo una spolverata di Parmigiano, un giro di olio e cuociamo in forno statico preriscaldato a 180 gradi per 35 minuti circa. Sforbiamo e serviamo le zucchine ripiene di carne calde o tiepide.



CONSIGLIO