

Zucchine e carote marinate *(Antipasti e/o contorni)*

Preparazione

Lavare le verdure, privare le zucchine delle estremità e pelare le carote. Tagliare le verdure a rondelle spesse circa 1 cm. Mettere a bollire in un pentolino l'acqua e l'aceto con il sale grosso. Quando raggiunge il bollore immergere le verdure per 3 minuti. Scolare bene. Mettere le verdure a marinare in un recipiente con abbondante olio di oliva, l'aglio tagliato a fettine e le erbe aromatiche. Riporre in frigo e mescolare di tanto in tanto.

Informazioni

Preparazione 10 minuti

Cottura 3 minuti

Dosi per 2 persone

Difficoltà Facile

la terra di Puglia



ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP

Autentici prodotti di Puglia solo su

shop.laterradipuglia.it

Sconto del 10%

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

Ingredienti

Zucchine 100 grammi

Carote 100 grammi

Aceto di vino bianco 100 millilitri

Acqua 100 millilitri

Sale grosso (un cucchiaio di sale grosso)

Basilico (qualche foglia)

Menta (qualche foglia)

Prezzemolo (qualche foglia)

Aglio 1 spicchio

Olio extra vergine di oliva (q.b.)