

## Zucchine ripiene *(Secondi a base di carne)*



### Preparazione

Ammorbidite con il latte il panbiscotto sbriciolato grossolanamente, e lascia telo riposare.

Tagliate finemente il cipollotto e aggiungetelo alla carne macinata.

Tritate la menta e aggiungetela alla carne macinata e al cipollotto. Unite il tutto al panbiscotto ammorbidito e mescolate.

Aggiungete sale e pepe e olio d'oliva.

Adesso arriva la parte più divertente: tagliate il cappuccio alle zucchine e tenetelo da parte perché sarà il coperchio di guarnizione.

Poi procedete svuotando il contenuto delle zucchine e tenendo da parte l'interno di una sola, che poi incorporerete al ripieno.

Salate l'interno delle zucchine e prima di riempirle, scolate l'acqua che si sarà formata all'interno.

Quando le avrete tutte ben riempite riponetele nella teglia assieme ai coperchi e fate cuocere per 45 min a 190°.

Sfornate e impiattate con il coperchio appoggiato sopra al ripieno.

Ecco pronte le zucchine ripiene!

### Consigli

Per evitare di fare brutte esperienze con la cottura delle vostre zucchine ripiene, state attenti a non renderle troppo sottili mentre le svuotate.

### Curiosità

La ricetta originale delle zucchine ripiene è originaria di una regione in cui la cucina è particolarmente sana e leggera: stiamo parlando della Liguria.

### Informazioni

**Preparazione** 90 minuti

**Cottura** 45 minuti

**Dosi per** 3 persone

**Difficoltà** Facile

la terra di **Puglia**



**ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP**

Autentici prodotti di Puglia solo su  
[shop.laterradipuglia.it](http://shop.laterradipuglia.it)

**Sconto del 10%**

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

### Ingredienti

**Zucchine tonde** (3 zucchine tonde)

**Menta** 6 grammi

**Panbiscotto** 60 grammi

**Cipollotti** 60 grammi

**Carne macinata** 170 grammi

**Latte** 100 millilitri

**Sale**

**Pepe**

**Olio extra vergine di oliva**