

Zucchine ripiene

Informazioni:

- Tempo di Preparazione: 40 Min.
- Difficoltà: Molto Facile
- Porzioni: 4
- Calorie per porzione: 199 Kcal

Ingredienti:

- 400 g zucchine
- 200 g carne macinata
- 100 g mortadella di suino
- 160 g 2 uova
- q.b. parmigiano
- q.b. prezzemolo . fresco
- q.b. sale
- q.b. pepe nero
- q.b. olio di oliva extravergine



Preparazione

Pulire le zucchine e tagliarle in 2 verticalmente.

Con un coltellino, togliere la maggior parte della polpa alle mezze zucchine facendo attenzione a non romperle.

Tagliare a pezzettini al polpa delle zucchine, metterla in una padella con 2 cucchiai d'olio e lasciarla ammorbidire poi schiacciarla con una forchetta.

In una terrina mettere la carne macinata con la mortadella tritata, le uova intere, 2 cucchiai di parmigiano grattugiato, il prezzemolo tritato, la polpa della zucchine, sale e pepe amalgamando bene il tutto.

Riempire le mezze zucchine completamente con l'impasto, disporle in una teglia una accanto all'altra e spolverizzarli in superficie con un po' di parmigiano.

Aggiungere l'olio e cuocere in forno caldo per 30 minuti aggiungendo di tanto in tanto poca acqua fino a completa cottura delle zucchine.