

ZUCCHINE E RUCOLA

Ingredienti per 4 persone:

- 3 zucchine
- 1 mazzetto rucola
- 2 spicchi aglio
- 6 cucchiaini olio d'oliva
- aceto di vino
- sale

Taglia le zucchine longitudinalmente e lasciale marinare per almeno tre ore in olio, aceto, sale e qualche spicchio di aglio (diciamo due spicchi di aglio per tre zucchine).

Cuoci le zucchine sulla piastra o su una padella con il fondo spesso, cinque minuti per lato, senza aggiungere olio (dopo la marinatura dovrebbero rilasciarlo loro).

Fodera un piatto con metà della rucola, posaci sopra le zucchine e copri le con la restante rucola che avrai tritato.

E' un piatto primaverile o estivo, quindi da consumare freddo.