

ZUCCHINE RIPIENE 7

Ingredienti per 4 persone:

- 8 zucchine
- 300 g di manzo tritato
- 1 uovo
- cipolla
- sedano
- carota
- formaggio parmigiano grattugiato
- prezzemolo
- 1 pizzico noce moscata
- burro
- sale
- pepe

Svuotate internamente le zucchine.

Fate sciogliere una noce di burro e mettete a soffriggere un trito di cipolla, sedano e carota.

Aggiungete la carne finemente tritata, salate e fate cuocere per 15 minuti.

Lasciate raffreddare e amalgamatevi poi l'uovo, il parmigiano grattugiato, poi il prezzemolo tritato, un pizzico di noce moscata, sale e pepe macinato al momento.

Farcite le zucchine con questo impasto e mettetele in padella con poco burro e mezzo bicchiere d'acqua, facendole cuocere per 40 minuti, quindi servite.