

SCALOPPINE ALLA MENTA

Ingredienti per 4 persone:

- 400 gr di fesa di vitello a fettine,
- 200 gr di zucchina,
- 50 gr di pancetta in una fetta,
- 1 cipolla piccola,
- 1 rametto di menta fresca,
- 1 cucchiaio di salsa di pomodoro,
- 1 cucchiaio di grana grattugiato,
- olio,
- sale e pepe.

A bassissimo contenuto calorico, le zucchine sono contorno ideale per chi vuole mangiare senza appesantirsi. Mondate e tritate la cipolla e fatela rosolare in una padella capace con 3 cucchiari di olio. Tagliate la pancetta a dadini, unitela al soffritto e fate insaporire mescolando; unite anche la carne. Salate, pepate, portate a cottura, poi sgocciolatela e tenetela in caldo. Mondate le zucchine, lavatele, tagliatele e unitele al soffritto. Fatele rosolare, unite la salsa di pomodoro poca acqua, salate e pepate. Cuocete a fiamma moderata per circa 15 minuti Intanto tritate la menta e mescolatela al formaggio grana. Mettete le scaloppine nella padella con le zucchine, rigiratele velocemente un paio di volte perché si insaporiscano poi cospargetele con il miscuglio di formaggio grana e menta. Coprite e tenete sul fuoco ancora 1-2 minuti. Servite quando il formaggio è fuso.