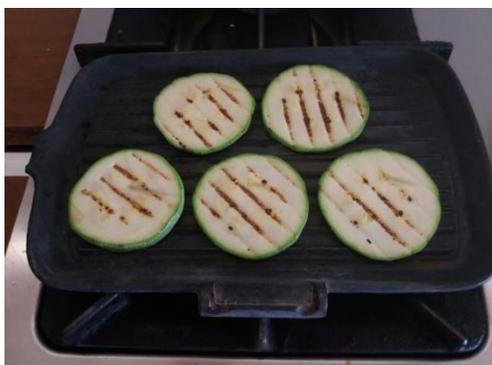


LE RICETTE DI AMALIA

ZUCCHINE TONDE MARINATE

Ingredienti per 4 persone

- 4 Zucchine tonde
- 1 Spicchio d'Aglio
- Menta fresca romana
- ½ Bicchiere Olio extravergine d'oliva
- ½ Bicchiere Aceto
- Sale fino q.b.



Preparazione:

- 1 – Tagliare le zucchine in dischi e grigliarle
- 2 – Preparare il condimento. Unire olio, aceto, menta ed aglio
- 3 – Versare le zucchine nel condimento e girare con cura
- 4 – Impiattare le zucchine in vassoio con foglie di menta come decorazione



LE RICETTE DI AMALIA

COTOLETTE DI ZUCCHINE AL FORNO



Ingredienti per 4 persone

4 Zucchine tonde

3 Uova

1 Mozzarella Fiordilatte

Pane Grattugiato

Parmigiano (Opzionale)

Prezzemolo q.b.

Basilico q.b.

Olio extravergine d'oliva q.b.

Sale fino q.b.

Preparazione:

1 – Tagliare le zucchine in dischi

2 – Mischiare il pane grattugiato con il prezzemolo e con il parmigiano (Opzionale)

3 – Prendete 2 fettine di zucchine, ed al loro interno mettete una fetta di mozzarella e 2 foglie di basilico

4 – Procedete con la panatura, prima nell' uovo poi nel pane grattugiato, schiacciate bene

5 – Adagiate su una teglia con carta da forno e fate cuocere per 15 minuti a 200°



LE RICETTE DI AMALIA

BASTONCINI DI ZUCCHINE IN TEMPURA

Ingredienti per 4 persone

4 Zucchine romanesche

Farina di Riso q.b.

Acqua Frizzante fredda q.b.

Olio di Arachidi q.b.

Sale fino q.b.



Preparazione:

- 1 – Tagliare le zucchine in bastoncini
- 2 – Preparare la tempura mischiando farina di riso ed acqua frizzante fredda
- 3 – Riscaldare l'olio e friggere

