

CONTORNI

Barchette di zucchine ripiene

DOSI

4 persone

Ingredienti per 4 persone

Zucchine grandi	4
Polpa di manzo tritata	100 g
Prosciutto cotto	100 g
Pancetta	50 g
Burro	50 g
Uovo	1
Aglio	1 spicchio
Cipolla	1
Salsa di pomodoro	2 cucchiaini
Prezzemolo	
Formaggio grattugiato	2 cucchiaini
Olio d'oliva	2 cucchiaini
Sale	
Pepe	

Preparazione

- 1 Tritate metà pancetta, il prosciutto, il prezzemolo e lo spicchio d'aglio. Mettete il tutto in una terrina, aggiungete la carne tritata, due cucchiaini di formaggio grattugiato, l'uovo, il sale, il pepe e amalgamate.
- 2 Lavate le zucchine, asciugatele, spuntatene le estremità e tagliatele a metà nel senso della lunghezza. Con un coltellino affilato asportatene la polpa centrale.
- 3 Riempite le barchette con il composto di carne. In un tegame scaldate il burro con due cucchiaini d'olio e fatevi appassire la cipolla tritata con la restante pancetta.
- 4 Adagiatevi le zucchine, fatele insaporire per alcuni minuti, spruzzatele con un bicchiere d'acqua calda nel quale avete diluito con cura due cucchiaini di salsa di pomodoro.
- 5 Salate, coprite e lasciate cuocere a fiamma bassa. A cottura ultimata passate le zucchine sul piatto da portata e irroratele con il sugo di cottura fatto addensare se fosse

troppo liquido.