

UOVA E FRITTATE

Frittata di zucchine e champignon

Tradizione: Lazio

DOSI

4 persone

Ingredienti per 4 persone

Uova	8
Funghi champignon	300 g
Formaggio parmigiano grattugiato	40 g
Latte	3 cucchiaini
Aglio	2 spicchi
Zucchine	2
Semi di sesamo	2 cucchiaini
Timo	1 rametto
Burro	60 g
Sale	
Pepe	

Preparazione

- 1 Mondate i funghi, privandoli della parte terrosa, lavateli, affettateli e, in un tegame, fateli cuocere per una ventina di minuti insieme con 30 g di burro e l'aglio, che poi eliminerete.
- 2 Unite le zucchine (spuntate, pulite e tagliate a rondelle sottili), il timo, sale e pepe a piacere, e continuate la cottura per una decina di minuti, poi lasciate intiepidire.
- 3 In una ciotola, sgusciate le uova e sbattetele con il formaggio, 3 cucchiaini di latte e un pizzico di sale e pepe.
- 4 Aggiungetevi i funghi e le zucchine, mescolate bene e versate il tutto in un tegame antiaderente in cui avrete fatto sciogliere il burro.
- 5 Cuocete la preparazione a fuoco moderato per un paio di minuti, poi cospargete con il sesamo, copritela con un coperchio e cuocetela fino a quando risulterà rassodata.
- 6 Mettete il tegame sotto il grill del forno (avendo cura di rivestire il tegame di carta stagnola) e cuocete la frittata finché risulterà dorata.