



TOMME AL FORNO CON ZUCCHINE

PER 4 PERSONE

1 kg zucchine
2 c. olio d'oliva
1 c.no sale
un pizzico pepe

50 g mandorle
4 tomme
(ca. 100 g l'una)

1 c. aceto balsamico
1 c. olio d'oliva
sale e pepe,
quanto basta

ECCO COME SI FA

1. Zucchine: preriscaldare il forno a 240 °C. tagliare le zucchine a rondelle spesse ca. 5 mm e disporle su una placca rivestita con carta da forno. Bagnare con un filo d'olio, condire e mescolare.

2. In forno: cuocere per ca. 15 min. nella parte centrale del forno. Sfnare e mescolare le zucchine con una spatola. Tritare grossolanamente le mandorle, cospargerle sulle zucchine e sistemarvi sopra le tomme.

3. Ultimare la cottura: cuocere per altri 10 min. circa. Sfnare, emulsionare l'aceto balsamico e l'olio, condire e versare la salsa a filo sulle zucchine.

Suggerimento: incorporare alla salsa un po' di rucola e distribuirli sulle zucchine prima di servire.

Servire con: couscous o riso.

Preparazione: ca. 15 min.

Cottura: ca. 25 min.

Valore nutritivo: Una porzione (1/4):
kcal: 223 / grassi: 18 / carboidrati: 6 /
proteine: 6

Lista della spesa

Trovi questi ingredienti
nei Coop Pronto



In collaborazione con

Betty Bossi