

Fiori di zucca ripieni



I fiori di zucca si possono fare in tanti modi, fritti, al forno, gratinati, sono i protagonisti delle nostre tavole nei mesi estivi.

In questa versione ve li proponiamo ripieni di patate e zucchine e cotti in padella. Ottimi da gustare come antipasto ma perfetti anche per un apericena.

Ecco a voi la ricetta.

Ingredienti per 10 fiori

10 fiori di zucca grandi e ben aperti

3 fiori di zucca per il ripieno

2 zucchine

2 patate

1 cipollotto

Per prima cosa pulire i fiori di zucca: eliminare le escrescenze laterali, tagliare il gambo ed eliminare il pistillo interno facendo attenzione a non rompere il fiore. Lavare i fiori di zucca sotto l'acqua corrente e lasciare asciugare su un panno.

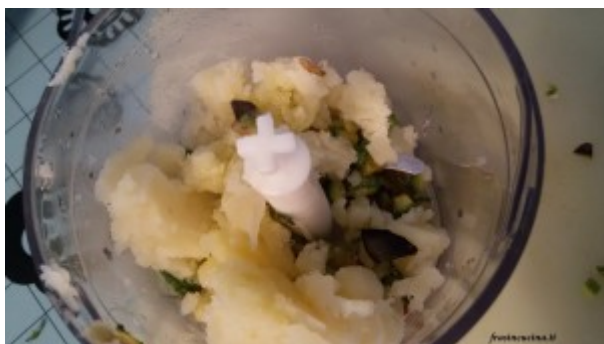
Pulire le patate, tagliarle a dadini e bollirle per circa 15 minuti.

Nel frattempo, pulire il cipollotto e tagliarlo a rondelle. Rosolarlo in una padella con un filo di olio. Aggiungere le zucchine precedentemente tagliate a

**dadini e 3 dei fiori di zucca.
Cuocere per circa 15 minuti**



Quando sia le patate che le zucchine sono cotte lasciarle raffreddare qualche minuto e poi trasferirle nella ciotola del mixer. Frullare il tutto fino ad ottenere una crema densa.



Riempire delicatamente i fiori con il ripieno e cuocere in padella con un filo di olio per circa 15 minuti. Devono diventare morbidi e dorati.

IDEA: per un apericena con gli amici servire i fiori di zucca nei bicchierini



monoporzione.

Per una serata tutta bicchierini, provate anche la [vellutata di zucca](#) o la [crema di carciofi](#)!!!

[Torna alla Home](#)

[Vedi altro in Aperitivo, Apericena e Brunch](#)

[Vedi altro in Antipasti](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

