

# LE RICETTE DI MAMMA MARIOLINA

## Zucchine ripiene

....Se fate le polpette .... ricordatevi ...un po' di ripieno anche per le zucchine!!!



**Difficoltà**  
media



**Quantità**  
4 persone



**Tempo**  
60 minuti

### Ingredienti

- zucchine - 4 - 5
- carne macinata mista - 300 g
- prezzemolo - 3 foglie
- aglio - 1 spicchio
- pane grattugiato - 3 cucchiari
- parmigiano - 2 cucchiari
- uovo - 1
- latte - 3 cucchiari
- zafferano - 1 bustina
- sale - q.b.
- olio - q.b.
- dado - 1

### Preparazione

Lavate le zucchine e spuntatele. Tagliatele a metà. Con lo scavino per le zucchine, (o il coltello) scavate le zucchine in maniera da avere dei cilindri vuoti. Mettete da parte la polpa ricavata. In una ciotola mettete la carne macinata, il pane grattugiato che bagnerete con il latte, lo zafferano e l'uovo. Aggiungete il prezzemolo e l'aglio tritati, il sale, il parmigiano e amalgamate bene il tutto. Aggiungete, dopo averla tritata finemente, un terzo della polpa ricavata dalle zucchine e amalgamate al resto. Con questo ripieno farcite le mezze zucchine. In una padella mettete l'olio (ricoprite il fondo) e fate riscaldare. Dopo aver impanato le due estremità, posate le zucchine sull'olio caldo. Lasciatele leggermente dorare e poi giratele, fino a che saranno dorate da tutte le parti. A questo punto aggiungete l'altra parte della polpa che vi era avanzata. Ricoprite le zucchine con circa due bicchieri o più di acqua, aggiungete un dado sbriciolato e coprite. Fate cuocere fino a quando il sughetto si sarà ristretto. Se le preparate dal giorno prima, al vostro rientro, il pranzo sarà pronto e ci sarà solo da riscaldare!!!

