

Zucchine fresche

Giancarlo Arrigucci

2013 (n°2)



Ingredienti

1. Zucchine fresche (lunghe, tonde, come le preferite), meglio se coltivate nel vostro orto o nei vostri vasi in terrazzo.
2. Parmigiano Reggiano (ma anche gli altri grana o i pecorini stagionati).
3. Olio extravergine di oliva (della vostra regione), se lo produceate voi o un vostro vicino meglio.
4. Limone (anche senza).
5. Aceto (mi raccomando non acido acetico, usate l'aceto di vino) meglio se fatto da voi, (anche senza).
6. Sale (io non lo metto).

Ferramenta

1. Sbucciapatate (per fare le fettine).
2. Coltello.
3. Vassoio di portata.

Preparazione

1. Togliete la testa ed il picciolo alle zucchine.

2. Tagliatele a fettine con il pelapatate.
3. Disponete le fettine sul vassoio.
4. Aggiungete il formaggio a pezzetti.
5. Bagnate con qualche filo di olio.
6. Aggiungete gocce di limone e/o di aceto.
7. Sale se vi va.

Note

1. E' un piatto semplice, veloce, fresco, buonissimo.
2. Zucchine appetibili anche per i bambini.
3. Si mangia da solo, come antipasto o per contorno di altre pietanze.
4. Senza il formaggio è un piatto vegetariano al 100%.
5. Una zuccina per due va già bene, voi fatene quante volete.

Da bere

1. Acqua e/o vino (l'acqua del rubinetto o della fonte, il vino quello che vi piace, se avete abbastanza soldi compratelo buono, se lo fate voi sarà comunque ottimo).
2. Il the, il latte ed altre bevande sperimentatele da voi, io non le uso.



Quest'opera è stata rilasciata con licenza Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Condividi allo stesso modo 3.0 Italia. Per leggere una copia della licenza visita il sito web <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/it/> o spedisci una lettera a Creative Commons, 171 Second Street, Suite 300, San Francisco, California, 94105, USA.