

# Polpette di zucchine

Veloci, semplici, gustose. Tornate dal lavoro, avete poco tempo per cucinare, ecco la soluzione: accendete il forno a 200°, preparate le polpette, cottura 10–15 minuti e le polpette sono pronte. Un bel piatto di pomodorini, pezzettino di pane, la cena è pronta.

**Piatto unico**

Difficoltà:

**Facile**

Tempo di preparazione:

**Meno di 30 minuti**

Tipologia:

**Al forno o gratinato**

## Ingredienti per 2 persone

2 zucchine medie

1 uovo

pane grattugiato

50 g formaggio a pasta dura (tipo asiago) grattugiato grossolanamente

Pizzico sale

Manciata erba cipollina (fresca, essiccata) – facoltativo

## Preparazione

In una terrina grattugiare grossolanamente 2 zucchine medie crude, aggiungere gli altri ingredienti, mescolare velocemente.

Sul fondo della teglia mettere l'alluminio leggermente unto (olio d'oliva).

Con un cucchiaio da brodo prendere una quantità di impasto, formare la polpetta (tonda, piatta, lunga ... a piacere), passarla nel pane grattugiato, metterla nella teglia, e proseguire così fino all'esaurimento dell'impasto (vengono fuori 6–7 polpette di medie dimensioni).

Infornare la teglia nel forno caldo, dopo 10–15 minuti di cottura le polpette sono pronte.

Grazie al formaggio e l'uovo le polpette diventano un piatto unico accompagnato es. da pomodorini ciliegini.

Possono essere mangiate tiepide, appena fatte, ma anche fredde il giorno dopo.