



Polenta e zucchini

[Del 17/01/2009 | Sezione: [Primi piatti](#) | Categoria: [Polente & cuscus](#)]

Ingredienti: per 4 persone: 400 g di zucchini, 250 g di farina gialla, 100 g di formaggio grana grattugiato, 30 g di pangrattato, 40 g di burro, 2 spicchi di aglio, 1 mazzetto di prezzemolo, un pizzico di timo in polvere, 1 mestolo di brodo, 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva, sale, pepe.

Spuntate le zucchini, lavatele e tagliatele a rondelle; sbucciate l'aglio e schiacciatelo leggermente; lavate il prezzemolo e tritatelo finemente. In un tegame con l'olio e 20 g di burro mettete l'aglio e fatelo appassire senza lasciarlo colorire; unite le zucchini e fatele rosolare velocemente mescolandole con un cucchiaio di legno; salate, pepate e continuate la cottura per 10 minuti circa a fuoco moderato. Cospargete con il prezzemolo tritato. In un paiolo portate ad ebollizione 1 litro d'acqua, salatela e versatevi, poco alla volta, a pioggia, la farina, mescolando con una paletta di legno affinché non si formino grumi. Continuate la cottura, mescolando di tanto in tanto, per 1 ora circa. A fine cottura unitevi il burro rimasto, amalgamatelo e versate la polenta in una pirofila o tortiera in uno strato di 3 cm circa. Cospargetela con la metà del formaggio grattugiato e distribuitevi sopra le zucchini preparate, sopra queste il formaggio grattugiato rimasto ed infine il pangrattato. Ponete la pirofila in forno a 200° e fate gratinare il composto finché la superficie non diventa dorata. Sformatelo e servitelo tagliato a quadrati.

[[Versione PDF](#) | [Versione per la stampa](#) | [Segnala ad un amico](#)]