



Pancakes con zucchine e robiola

8 Giugno 2020



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE
15 MIN



TEMPO DI COTTURA
15 MIN



CALORIE
390K

NOTE

INGREDIENTI

300 g di Zucchine

1 Cipollotto

80 g di Robiola

180 g di Farina 0

2 Uova

1 cucchiaio di Parmigiano grattugiato

200 ml di Latte

1 cucchiaino di Lievito in polvere per torte salate

Menta fresca

2 cucchiai di Olio extravergine di oliva (per soffriggere)

2 cucchiaini di Olio extravergine di oliva (per ungere la teglia)

Sale

Pepe

Preparazione

- Mondate e lavate le zucchine, quindi con l'apposita grattugia riducetele a julienne raccogliendole via via in una ciotola.
- Tritate molto finemente il cipollotto e fatelo soffriggere con un filo di olio, per 4-5 minuti a fuoco basso; spegnete e unitelo alle zucchine, insieme a qualche fogliolina di menta spezzettata.
- In un'altra ciotola sbattete brevemente le uova con un pizzico di sale e pepe. Versate il latte, poi unite poco alla volta la farina setacciata con il lievito: mescolate con una frusta a mano, facendo attenzione a non formare grumi. Alla fine regolate di sale.
- Incorporate al composto le verdure e la robiola e rimestate con cura, usando un mestolo in legno.
- Mettete a scaldare una padella antiaderente di 16 cm di diametro unta con poco olio, versate al centro 1 mestolo di composto e allargatelo con il mestolo. Cuocete per un paio di minuti, girate il pancake e portate a cottura l'altro lato per altri 2 minuti circa.
- Proseguite con il resto della pastella e servite i pancakes ancora caldi.

Lia Pisano

I consigli di Lia

- Se lo desiderate potete arricchire la vostra preparazione aggiungendo agli ingredienti anche dei coriandoli di pancetta dolce: il risultato vi farà conquistare anche i palati più difficili.