

Zucchine alle olive

Le zucchine alle olive si realizzano tagliando a rondelle le zucchine e il sedano a listarelle, pesterete l'origano nel mortaio e laverete le olive. Scaldere l'olio in un tegame ed aggiungerete i vari ingredienti uno alla volta per poi porre il composto sulle zucchine nel piatto di portata prima di servire in tavola.

Spuntate, lavate e asciugate con un canovaccio pulito le zucchine; tagliatele a rondelle piuttosto sottili. Lavate il gambo di sedano, asciugatelo, privatelo dei fili e tagliatelo a listarelle sottili di 4 - 5 cm di lunghezza. Lavate e asciugate le olive. Pestate l'origano nel mortaio.

La ricetta completa



Ingredienti

- 1kg Zucchine
- 60 g Olive nere in salamoia
- 1 gambo Sedano
- 1/2 cucchiaino Origano
- 5 cucchiai Olio extravergine
- q.b. Sale
- q.b. Pepe

Preparazione

Spuntate, lavate e asciugate con un canovaccio pulito le zucchine; tagliatele a rondelle piuttosto sottili. Lavate il gambo di sedano, asciugatelo, privatelo dei fili e tagliatelo a listarelle sottili di 4 - 5 cm di lunghezza. Lavate e asciugate le olive. Pestate l'origano nel mortaio.

Fate scaldare l'olio in un tegame, aggiungetevi le rondelle di zucchine, salatele e fatele saltare, poche alla volta, fino a che saranno leggermente dorate, mescolando spesso. Disponetele quindi su un piatto di portata.

Versate un cucchiaio di olio di oliva in un tegamino, fatelo scaldare, aggiungete le listarelle di sedano e un pizzico di sale e pepe; fatele saltare qualche minuto mescolando; aggiungete le olive, mescolate ancora un minuto e togliete dal fuoco. Distribuite questo composto sulle zucchine nel piatto di portata, spolverizzate con l'origano e servite in tavola.