

Crocchette di zucchine e patate



Ingredienti

- 600g patate
- 350g zucchine
- 100g Panato Pronto preparato per impanatura classica CANNAMELA
- 3 filetti acciughe sott'olio
- 70g parmigiano grattugiato
- 40g farina
- 20g pangrattato
- 1 tuorlo
- qb sale
- 2 pizzichi pepe bianco macinato CANNAMELA
- 2 uova



Porzioni
6 persone



Portata
Contorno



Tempo
30 minuti



Difficoltà
Media



Cottura
A vapore,
In forno



Kcal per
persona
278*



Preparazione

- 1 Scavare le zucchine eliminando il cuore e i semi, poi tagliarle a pezzetti.
- 2 Sbucciare le patate e cubettarle.
- 3 Cuocere a vapore le verdure, passarle nello schiacciapatate e raccogliere la purea in una ciotola.
- 4 Condirla con il tuorlo, le acciughe tritate e il formaggio grattugiato.
- 5 Unire la farina e il pangrattato, controllare il sale e aromatizzare con il **pepe bianco macinato CANNAMELA**.
- 6 Mescolare gli ingredienti con le mani leggermente unte d'olio e formare delle piccole crocchette.
- 7 Passare le crocchette nelle uova, poi nel **Panato Pronto preparato per impanatura classica CANNAMELA**.
- 8 Cuocere le crocchette in forno preriscaldato a 190° per 15 min, poi proseguire per 5 min con funzione grill.