Zucca al forno

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

600 gr di zucca

1 mazzetto di rosmarino fresco oppure secco (in alternativa timo o altra spezia che preferite)

2/3 cucchiai di olio extravergine

1 spicchio d’aglio (facoltativo)

sale

PROCEDIMENTO:

Per preparare la zucca al forno inizia pesando la zucca, poi elimina i semi, lavala affettala a spicchi delle stesse dimensioni.

Rivesti con carta da forno una teglia e adagia gli spicchi di zucca.

Condisci con olio, sale, rosmarino o timo, mescola per insaporire la zucca.

Cuoci la zucca in forno preriscaldato a 180° per circa 30 minuti. Una volta cotta servi la zucca come contorno.

PRANZO, CENA

ANTIPASTI, CONTORNO

STILE ALIMENTARE :Onnivoro vegetariano vegano gluten free lactose free

DIFFICOLTA’ DI PREPARAZIONE: FACILE

TEMPO DI PREPARAZIONE: 10 MIN

TEMPO DI COTTURA: 30 MIN

COSTO: BASSO