



[www.iodicesrl.it](http://www.iodicesrl.it)

## Muffin salati con ricotta e zucchine



### Ingredienti per 12 muffin

400 g di zucchine di media grandezza  
12 pomodori di tipo ciliegino  
3 uova  
200 g di farina tipo "00"  
100 ml di latte  
80 g di Parmigiano Reggiano grattugiato  
80 g di ricotta  
10 g di lievito in polvere  
per preparazioni salate  
100 ml di olio di semi di girasole  
(oppure di arachidi o mais)  
olio extravergine di oliva q.b.  
pepe e sale q.b.

### Preparazione

Lavate e asciugate bene le zucchine, privatele delle estremità e, aiutandovi con un pelapatate, ricavatene 12 fette sottili che metterete da parte per la guarnizione. Tagliate a cubetti molto piccoli le zucchine restanti e ponetele a cuocere, a fuoco basso, in una padella antiaderente con poco olio extravergine d'oliva. Nel frattempo preparate l'impasto dei muffin: in una ciotola sbattete le uova e il latte con una frusta, aggiungete l'olio di semi a filo, quindi continuate a sbattere fino ad ottenere un composto omogeneo. Setacciate con cura la ricotta e la farina a cui avrete aggiunto il lievito, quindi unitele al composto e mescolate bene per amalgamare tutti gli ingredienti. Aggiungete ora il parmigiano grattugiato e aggiustate di sale e pepe. Quando le zucchine saranno cotte, unitele all'impasto e amalgamate bene il tutto con una spatola, quindi trasferite il composto in una sac à poche e disponete in una teglia da muffin 12 pirottini di carta. Tagliate a metà, per il senso delle lunghezze, le 12 fette di zucchine che avevate tenuto da parte e foderate i bordi dei pirottini, utilizzandone due metà per ogni muffin. Aggiungete l'impasto riempiendo gli stampi fino al bordo e guarnite ciascun muffin con un pomodorino. Mettete il tutto in forno statico già caldo, a 180°, per circa 30 minuti, fino a quando si saranno ben gonfiati e la superficie risulterà dorata. A cottura ultimata, gustate i muffin tiepidi, oppure freddi.