

Fiori di zucca e cipolle ripiene



Foto: Alberto Cane

<http://albertocane.blogspot.com/>

Ingredienti: 20 fiori di zucca, 4-5 patate di media grandezza, 200 gr. di fagiolini, 1 uovo, formaggio grattugiato, olio extravergine d'oliva ligure, sale, pepe, maggiorana.

Raccogliere i fiori di zucca "trombetta" di buon mattino, quando sono ben aperti. Lavarli delicatamente stando attenti a non rovinare i petali, pulirli privandoli del gambo con i sepli e dei pistilli poi, in

attesa della preparazione del ripieno, per evitare che si chiudano, metterli su un tagliere, col calice verso l'altro e i petali, ben distesi, appoggiati al tagliere. Far bollire le patate e i fagiolini in acqua salata, quando sono cotti scolarli e schiacciarli. Mettere tutto in una terrina e condire con uova, una manciata di formaggio grattugiato, olio extravergine d'oliva, sale, pepe e maggiorana, mescolare bene il tutto e riempire i fiori di zucca e chiuderli piegando i petali (i fiori andrebbero riempiti lasciandoli interi anche se qualcuno, per riempirli meglio, li apre). Sistemarli in una teglia unta d'olio, metterli nel forno caldo (180 gradi) e cuocere per circa mezz'ora (finché sono ben dorati).

• Cipolle.

Far bollire in acqua salata delle cipolle grosse. Quando sono fredde sfogliarle e riempirle con lo stesso ripieno. Sistemarle in una teglia unta d'olio, metterle nel forno caldo e cuocere per circa mezz'ora (finché sono ben dorate).

I fiori e le cipolle ripiene sono buoni anche il giorno dopo (se ne rimangono) e, in alternativa, anziché al forno, possono essere fritti in padella con olio d'oliva caldo.

Ricetta di: *Cristina Pisano*



[versione stampabile](#)