

Frittata di verdure

Scritto da Antonio Cedrola



Ingredienti:

Frittata di verdure

Scritto da Antonio Cedrola

- 100 gr di Fagiolini asparago
- 1 Peperone rosso
- 1 Patata
- 1 Zucchina
- 5 Pomodori secchi
- 50 gr di Olive di Gaeta
- 4 Uova
- 40 gr di Parmigiano grattugiato
- Menta fresca / Olio EVO
- Sale / Pepe nero

Frittata di verdure

Scritto da Antonio Cedrola



Preparazione:

Lavare i fagiolini, il peperone e la zucchini, tagliarli a bastoncini e scottarli per 7-8 minuti in acqua bollente leggermente salata, avendo cura di mantenerli molto al dente;

Frittata di verdure

Scritto da Antonio Cedrola



Preparare molto zucchini in che il modo di tagliarli è quello di tagliarli a pezzetti piccoli, come si fa con le patate;



È molto buona. Il modo di cuocerla è quello di cuocerla in una padella antiaderente, con un filo d'olio e un po' di sale;