



Le ricette di... Fata Minestrina
e il suo aiutante Nocciolotto

QUADROTTI DI ZUCCA GUSTOSI



È arrivato l'**AUTUNNO** e le foglie sugli alberi si sono tinte di meravigliose sfumature color **arancio**, **rosso**, **marrone**...

Anche le verdure, gli ortaggi e la frutta si stanno adattando a questi cambiamenti, per questo eccoti una ricetta con la regina



dell'autunno: sua maestà la **ZUCCA!**

Ce ne sono davvero per tutti i gusti: lisce o rugose, grandi, giganti o piccoline, dalle forme davvero simpatiche.

► E tu quanti tipi di zucca conosci?

INGREDIENTI



Zucca



Olio di oliva



Patine in busta



Erbette aromatiche
a piacere



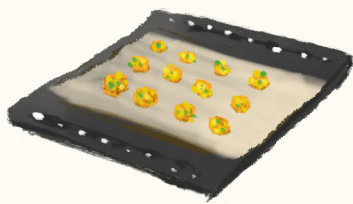


1 Per prima cosa fatti aiutare a pulire la **zucca** e a tagliarla a **cubetti piuttosto grandicelli**. Fai attenzione perché la buccia è particolarmente dura.



3 Aggiungi alle patatine tritate le **erbe aromatiche** che preferisci, quelle che ti piacciono di più o che in quel momento hai a disposizione.

Con la zucca ti consiglio di utilizzare *rosmarino, timo e maggiorana*, ma anche altre erbe andranno benissimo (come il *basilico* e il *prezzemolo*).



5 Disponi i quadrotti di zucca su una **teglia ricoperta di carta da forno** e lascia **cuocere a 175° per 10 minuti circa** (anche 15 se hai tagliato pezzi più grandi).

6 Non ti resta che gustare i tuoi **quadrotti autunnali**, magari accompagnati da una bella insalatina e da una delle tue **salsine preferite**.



2 Metti in una ciotolina qualche manciata di **patatine** in busta e **tritale con le manine** (pulite, ovviamente!). Puoi scegliere vari tipi di patatine, divertiti a cambiare ogni volta e a notare la differenza di gusto.



4 Prendi i pezzetti di zucca e ungili ben bene con dell'**olio di oliva**, ne basterà pochissimo, poi tuffali uno alla volta nella ciotolina con le patatine e fai in modo che risultino tutti coperti da questa **gustosa e croccante panatura**.

ghnam
ghnam





Idea furbetta:

Se preferisci una ricettina più leggera prova a sostituire le patatine con dei **cereali** da colazione tritati. Basterà metterne una manciata in una bustina di plastica oppure in un bel canovaccio pulito e passarci sopra un **mattarello** o un semplice bicchiere di vetro (fai attenzione!).

In alternativa puoi sbriciolare i cereali con le manine all'interno di una ciotola, vedrai che **divertimento!**



Qualche suggerimento per te:

Sei intollerante al glutine? Ti ricordo che le patate sono un alimento naturalmente privo di glutine, ma nelle lavorazioni industriali potrebbero verificarsi delle contaminazioni, perciò per gustare questa ricettina in tutta sicurezza basterà acquistare delle patatine con il bollino "*gluten free*".
Ce ne sono di tanti tipi!

Prova a cucinare questi quadrotti per una cena in allegria. Sfida i tuoi amichetti a capire cosa si nasconde sotto quella panatura croccante e gustosa...non sarà così facile indovinare!

Mi sembra già di sentire il rumore **scrocchiarello** delle patatine che si sbriciolano tra le tue mani e quell'odorino che si diffonderà nella tua cucina mentre i quadrotti cuoceranno in forno...**che fame!!!**

Buon appetito!





Divertiti a colorare *Fata Minestrina* e il suo aiutante *Nocciolotto!*

