

LE RICETTE DI MAMMA MARIOLINA

Farro con le zucchine

L' ho cucinato come un risotto!.....Era buonissimo !!!



Difficoltà
facile



Quantità
2 persone



Tempo
20 minuti

Ingredienti

- Farro - 150 g
- zucchine - 2
- cipollotto - 1
- olio - q.b.
- vino bianco - 2 cucchiari
- brodo o acqua + 1 dado
- prezzemolo - 2 foglie

Preparazione

....Pensate a un risotto, il procedimento è uguale!!!! In una padella mettete un giro d'olio e vi aggiungete un cipollotto fresco tagliato sottile. Fate leggermente dorare e poi versate il farro. Fatelo tostare e aggiungete due cucchiari di vino bianco. Fate evaporare e poi aggiungete il brodo in quantità di due tazze per ogni tazza di farro! Sarà giusto all'onda!!! Nel frattempo che il farro cuoce preparate le zucchine. In una padella antiaderente versate un filo d'olio e dopo averlo fatto scaldare vi gettate le zucchine tagliate a dadini. Fatele dorare da entrambe le parti con una fiamma media. Salate. Quando le zucchine sono pronte è quasi cotto anche il farro. Una parte le gettate nel farro che sta finendo di cuocere e l'altra parte la usate per metterne in ogni piatto. Condite con del parmigiano a piacere, due foglie di prezzemolo tritato per guarnire e scoprirete così, anche voi, un altro piatto !!! .

