



Sfoglia Integrale con Zucchine, Gorgonzola e Noci

Ingredienti

- 1 confezione di Pasta Sfoglia con farina integrale
- 1 Zucchina
- 6 cucchiaini di Gorgonzola
- 100 g di Mozzarella per pizza
- 1 cucchiaino di Miele
- Noci manciate
- Sale q.b.
- Pepe q.b.

Preparazione

1. Preriscaldate il forno a 180° in modalità statica (calore sopra e sotto)
2. Stendete la sfoglia e incidetela leggermente, formando un cerchio concentrico alla sfoglia a distanza di un paio di centimetri dal bordo. Grattugiate la mozzarella e mettetela sulla sfoglia. Versate qua e là dei cucchiaini di gorgonzola. Tagliate a sfoglie la zucchina con l'aiuto di un pelapatate e adagiatela sulla mozzarella.
3. Salate e pepate e infornate per almeno 40 minuti, posizionando la teglia sul ripiano centrale del forno. Prima di servire versate sopra del miele e le noci.

Informazioni nutrizionali

carboidrati	16.65 g
Energia	254.37 kcal
grassi	15.07 g
Fibra	1.85 g
Proteine	12.06 g
Grassi saturi	6.65 g
Sodio	470.87 mg
zuccheri	470.87 mg

🕒 35

👤 6 6 persone