



Tartelette integrali alla zucca

Ingredienti

- 400 g di Zucca
- Pasta Sfoglia con farina integrale q.b.
- 100 g di Feta
- 1 Uovo
- Sale q.b.
- 1 cucchiaio di Olio extra vergine di oliva
- 2 rametto di Timo

Preparazione

1. Scaldare il forno a 200 °C. Mondare e tagliare a tocchetti la zucca su una placca rivestita di carta da forno, condire con olio e sale e infornare per circa 20 minuti, finché non sarà ammorbidita. Tagliate a quadratini metà della feta e schiacciate con una forchetta l'altra metà che unirete all'uovo. Stendete la sfoglia, tagliatela a quadrotti, sistematela su una teglia, coperta di carta forno (potete anche usare quella della confezione) e spalmatela con la crema di uovo e feta. Disponetevi sopra i tocchetti di feta e zucca, condite con le foglioline di timo e infornate per 15 minuti. Servire calde o fredde.

Informazioni nutrizionali

carboidrati
Energia
grassi
Fibra
Proteine
Grassi saturi
Sodio
zuccheri

🕒 35

👤 8 8 persone