



“Tortino di zucca e ceci”

Ingredienti (per 8 porzioni)

- ✓ 800 grammi di zucca
- ✓ 500 grammi di ceci cotti
- ✓ 150 grammi di farina di ceci
- ✓ 2-3 cucchiaini di olio extra vergine di oliva
- ✓ 5-6 foglie di salvia
- ✓ un rametto di rosmarino
- ✓ sale integrale

Preparazione

Pulite e mondate la zucca e, se biologica, non privatela della buccia. In una pentola antiaderente fate insaporire un trito di rosmarino e salvia in qualche cucchiaino di olio extra-vergine di oliva, unite la zucca (precedentemente tagliata a cubetti), un pizzico di sale integrale e cuocete per circa 10 minuti. A cottura ultimata frullate la zucca con i ceci cotti, unite la farina di ceci e distribuite l'impasto su di una teglia precedentemente ricoperta con carta da forno e cuocete per circa 30-40 minuti a 180°C.

Buona salute a tutti!