

# Gnocchi di patate alle zucchine e briciole di feta

Oggi vi propongo un piatto leggero e vegetariano. In questa cucina che corre da un estremo all'altro, al pari di un trenino sulle montagne russe, con a bordo tanti ingredienti alcuni prudenti e sani, altri sfrenati e coraggiosi. Ogni posto a sedere concede le sue emozioni, come ciascuno vive a modo suo l'esperienza culinaria. Il piatto di oggi è un po' come il giro sereno che precede o conclude la lunga serie di acrobazie! È leggero e delicato ma non tradisce le aspettative grazie alle zucchine cotte velocemente ad alta temperatura, per conservarne la consistenza ed il sapore e le briciole di feta che si sciolgono in bocca con una sferzata di energia.

## INGREDIENTI:

- 1/2 kg di patate
- 1 uovo intero + 1 tuorlo
- 150 g di farina 00 + farina per la lavorazione
- sale fino
- 2 zucchine grandi
- olio extravergine di oliva
- 1 spicchio di aglio
- pepe macinato fresco
- 150 g di formaggio Feta

## PROCEDIMENTO:

Lavare le patate sotto l'acqua corrente per eliminare i residui di terra. Immergere le patate in una pentola di acqua fredda salata e portare a bollore. Saranno cotte quando pungendole con una forchetta, i suoi rebbi riusciranno a penetrare con facilità. Scolare le patate, sbucciarle e schiacciarle a caldo, fino ad ottenere una purea. Lasciar intiepidire.

Unire alle patate le uova, la presa di sale e la farina. Impastare fino a che il composto risulta omogeneo e abbastanza compatto per poterlo lavorare. Prelevare piccole parti dal composto, arrotolarle sulla spianatoia, fino a formare dei "filoncini" lunghi, con un diametro di circa 2 cm. Tagliare piccoli frammenti con il coltello e passarli nella farina, per evitare che si attacchino.

Passiamo alla preparazione del ragù vegetale.

In un tegame capiente scaldare 3-4 cucchiari di olio extravergine di oliva con lo spicchio di aglio. Prima che inizi a soffriggere unire le zucchine già lavate, spuntate e tagliate a cubetti piccoli.



Aggiungere una presa di sale fino e pepe macinato fresco. Amalgamare bene il tutto poi proseguire la cottura a fiamma vivace, mescolando spesso fino a quando le zucchine saranno cotte e tenderanno a brunirsi sui margini. Spegnerne la fiamma e tenere in caldo.



Cuocere gli gnocchi in abbondante acqua salata, fino a che salgono a galla, poi raccogliarli con il mestolo a buchi e versarli direttamente nel tegame con il ragù di zucchini.

Aggiungere 1 mestolino dell'acqua di cottura e saltare in padella 2 minuti, per legare bene gli ingredienti.



Impiattare, condire con un filo di olio extravergine di oliva a crudo e briciole di feta fresca. Servire caldo.

