



Croce Rossa Italiana
Comitato di Cingoli

RICETTA DA CUCINARE

Verdure a tocchetti al forno

Ingredienti

- 1 melanzana
- 2 -3 zucchine
- 2 patate
- 3 carote
- 10 pomodorini
- qualsiasi verdura vogliate tipo sedano, funghi, cipolle, peperoni, ecc.
- pane grattugiato q.b.
- sale, olio extra vergine d'oliva, origano q.b.

Procedimento

1. Lavate le verdure e tagliatele a tocchetti di 3×3 cm circa.
2. Le verdure che necessitano di una cottura più lunga tipo carote o patate vanno tagliate a pezzetti più piccoli.
3. Mettete tutte le verdure tagliate in un recipiente e condite con olio, sale, pane grattugiato e origano.
4. Mettete della carta forno in una placca del forno e rovesciatevi le verdure.
5. Coprite con della carta forno poi con della carta stagnola.
6. Infornate a 200 gradi per circa 45 minuti.
7. Dopodiché scoprite e continuate la cottura finché le verdure hanno preso un bel colore dorato. (Più o meno un'oretta!)
8. Servite calde.

