Centro Tutela Consumatori Utenti
Finanziato dal MIMIT D.D. 12 maggio 2025

info@verbraucherzentrale.it

Pane dolce alle zucchine e noci (Zucchini Bread)

Verdure
Per utilizzare le zucchine in eccesso
Torte
Ricetta basata su una ricetta americana, riproposta dal Centro Tutela Consumatori Utenti

Ingredienti per 1 stampo:

- 3 zucchine medie (ca. 400 g)
- 100 g di gherigli di noce
- 360 g di farina di farro
- 1 cc di lievito in polvere
- 1 cc di bicarbonato di sodio
- 1 cc di cannella
- 1 pz di sale
- 3 uova
- 120 ml di olio vegetale
- 100 g di zucchero di canna integrale
- 120 g di purea di mela

Preparazione:

Lavate e pulite le zucchine e grattugiatele (con la buccia). Tritate grossolanamente i gherigli di noce. Mescolate la farina al lievito, il bicarbonato, la cannella, il sale e le noci tritate e mescolate. Mescolate le uova, l'olio, lo zucchero e la salsa di mele con uno sbattitore elettrico. Unite il composto con la farinaalla miscela appena ottenuta. Tamponate le zucchine precedentemente grattugiate con della carta da cucina per rimuovere l'acqua in eccesso, poi aggiungetele all'impasto. Versate il composto in una teglia unta e fate cuocere in forno a 160°C per circa 50-55 minuti. Infine, lasciate raffreddare il pane alle zucchine e noci prima di servirlo.

Tempo di preparazione: ca. 1 ora e 15 minuti.

Suggerimento:
questo pane alle zucchine ha un sapore leggermente dolciastro e può essere mangiato sia come dolce sia come pane accompagnato da cibi salati.