

# Zucchine tonde ripiene



## Ingredienti:

- 7 zucchine tonde
- 500 g carne tritata
- 80 g riso
- 1 carota
- 1 cipolla
- 1 costola di sedano
- 1 scatola pomodori a pezzi
- 2 spicchi d'aglio
- 1 cucchiaio di farina
- sale, pepe, alloro

Tagliate la parte superiore delle zucchine per formare dei

coperchi, e scavate la polpa che poi tagliate a pezzi.



Tritate la cipolla, la carota, il sedano, l'aglio e mettete nella pentola insieme a 1 cucchiaio d'olio di oliva e 1/2 della polpa delle zucchine. Coprite con Magic Cooker e cucinate sulla fiamma alta per circa 5 minuti. Durante la cottura girate 1 volta. Aggiungete il riso .



Continuate la cottura a fiamma alta per 3 minuti. Aggiungete la metà dei pomodori e la carne tritata. Cuocete 3 minuti a fiamma alta.



Con questo impasto riempite le zucchine. Fissate il coperchio con l'aiuto dei stuzzicadenti.  
L'altra metà della polpa delle zucchine, insieme all'aglio, la rimanenza dei pomodori, sale, pepe e 1 cucchiaio di farina li frullate con il frullatore ad immersione.



Nella pentola mettete prima la salsa ottenuta e sopra le zucchine ripiene .



Coprite con Magic Cooker, fiamma alta fino all'ebollizione ,  
poi fiamma bassa 20 minuti.



Buon appetito con Magic Cooker!

Ricetta fatta da Eliza Sestov.