Zucchine ripiene con ricotta

FACILEeBUONO

4 zucchine di media grandezza
200 gr. di ricotta
2 spicchi d'aglio tritati
1 manciata di basilico fresco tritato
4 formaggini caprini
20 gr. di capperi tritati
succo di 1 limone
alcuni pomodorini

Ecco un'idea per l'estate

Laviamo le zucchine, tagliamole per il lungo e facciamole cuocere per 10 minuti nell'acqua.
Scoliamole, tamponiamole con carta cucina e svuotiamole.
In una ciotola mettiamo la polpa delle zucchine, la ricotta, il basilico, i capperi, l'aglio e il formaggio grattugiato, amalgamiamo e incorporiamo il succo di limone.
Mantechiamo energicamente e riempiamo le zucchine.
Guarniamo con metà pomodorino.

In piena estate queste zucchine ripiene senza carne saranno gustosissime fresche dal frigo.

Ecco un'idea freschissima per l'estate: le barchette di zucchine ripiene vegetariane senza carne, ma con ricotta e fomaggini caprini.