

Zucchine sott' olio

Ingredienti per circa 4 vasetti medi

- .1 kg di zucchine
- .500 ml di acqua
- .250 ml di aceto
- .3 spicchi di aglio
- .pepe nero in polvere e in grani
- .sale grosso
- .origano
- .prezzemolo
- .peperoncino(facoltativo)
- .olio e.v.o q.b.(per riempire i vasetti)

Procedimento

- .Lavate le zucchine
- .Tagliatele a rondelle o a bastoncini.
- .Disponetele in uno scolapasta, cospargetele di sale grosso.
- .Ponetevi sopra un peso e lasciatele riposare per minimo un' ora in modo che perdano l' acqua di vegetazione.
- .Intanto riempite una pentola con l' acqua e l' aceto.
- .Una volta pronte scottate le zucchine lasciandole un pò croccanti.
- .Scolatele e disponetele su un canovaccio ad asciugare.
- .In una ciotola disponete l' aglio a tocchetti piccoli, il peperoncino in polvere o fresco, il pepe nero in grani e in polvere, l' origano e il prezzemolo tritato.
- .Ponete le zucchine nella ciotola, irroratele con un filo di olio e mescolate per bene per insaporirle.
- .Ora prendete i vasetti sterilizzati e versatevi le zucchine.
- .Riempite ogni vasetto con l' olio e.v.o. fino all' orlo.
- .Chiudete i vasetti e capovolgeteli.
- .Conservateli nella vostra dispensa e gustateli dopo circa un mese.

