



Tempo di zucca: tre mini-ricette per un aperitivo autunnale

È l'ortaggio autunnale per eccellenza, la base per molte preparazioni dolci e salate. Ecco tre idee per un aperitivo veloce e saporito



Aperitivi a base di zucca: 3 mini-ricette per golosi finger food

Nelle giornate autunnali ricche di tutte le sfumature di rosso e arancio, è piacevole portare a tavola un po' di colore con frutta e verdura di stagione. Tra le tante prelibatezze del periodo, la [zucca](#) è senza dubbio una delle più caratteristiche e versatili. Complice il gusto dolce che si presta a molte preparazioni e la bellezza del suo colore, con quest'ortaggio la fantasia può spaziare dagli antipasti ai primi, dal dolce al salato.

Aperitivi a base di zucca: 3 mini-ricette per golosi finger food



Tre aperitivi a base di zucca (Foto © Ilaria Ciccone – Blog Farina & Zucchero).

Per rendere più allegri i momenti in famiglia o con gli amici, gli **aperitivi a base di zucca** possono essere la soluzione perfetta e qui vi proponiamo 3 idee golosissime. Se vi è venuta un po' di curiosità, seguite le nostre indicazioni per preparare:

1. Mini-bun di zucca con hamburger
2. Focaccine in padella ripiene con zucca, funghi e scamorza
3. Tartine con mousse di zucca e guanciale.

1. Mini-bun di zucca con hamburger

Questi **mini-bun con zucca** vi conquisteranno per la morbidezza e il colore vivace. Il **tempo di preparazione è di 5 ore** perchè i panini devono lievitare ma con i nostri suggerimenti otterrete un risultato perfetto. Abbiamo farcito i nostri bun con circa 60 grammi di macinato di bovino, [cheddar](#), pomodorini e insalata ma potete utilizzare anche salumi e formaggi stagionati.

Ingredienti per 10 panini

- 125 grammi di farina 00
- 125 grammi di farina Manitoba

- 100 millilitri di latte tiepido
- 50 grammi di zucca lessa
- 15 grammi di lievito di birra
- 5 grammi di sale
- 1 cucchiaino raso di zucchero
- 1 cucchiaino di miele
- 1 tuorlo d'uovo (per spennellare)
- 1 cucchiaio di latte (per spennellare)
- Semi di sesamo q.b. (per spennellare)

Preparazione

- a. Dopo aver lessato la zucca, frullatela con metà del latte totale e unitela in una boule con tutti gli altri ingredienti, ad eccezione del burro e del lievito che andrà sciolto nel latte tiepido restante
- b. Impastate fino ad ottenere un impasto omogeneo. Aggiungete, un pezzetto alla volta, il burro ammorbidito
- c. Mettete l'impasto in un recipiente chiuso con la pellicola e lasciatelo lievitare per 2 o 3 ore in un luogo asciutto, al riparo da correnti fredde
- d. Terminata la lievitazione, l'impasto sarà raddoppiato e potrete iniziare a formare i vostri mini-bun di circa 35 grammi ciascuno. Formate le palline e disponetele su una teglia con carta forno. Coprite la teglia con la pellicola, avendo cura di non schiacciare i panini, e lasciate riposare per un'altra ora circa. Quando starà per terminare il tempo, iniziate a preriscaldare il forno statico a 200°
- e. Trascorsa l'ora di tempo, spennellate i mini-bun con il tuorlo sbattuto e il latte, aggiungete i semi di sesamo e infornate per 10 minuti circa
- f. Quando i mini-bun saranno dorati, sfornateli e lasciateli intiepidire. Fatto ciò, sarete pronti per farcirli a vostro piacimento.

2. Focaccine in padella ripiene con zucca e funghi

Queste **focaccine in padella sono vegetariane, facili da preparare** e versatili nella farcitura. Utilizzando una base per pizza già pronta, possono essere una soluzione dell'ultimo minuto.

Ingredienti per 15 focaccine

- 1 rotolo rettangolare di base per pizza
- 200 grammi di funghi
- q.b. pomodorini
- 100 grammi di scamorza
- 200 grammi di zucca
- q.b. rosmarino
- q.b. sale
- q.b. olio d'oliva

Preparazione

- a. Iniziate dalla cottura del ripieno. Pulite e tagliate a cubetti la zucca, disponetela in una teglia con carta forno e aggiungete olio, sale e rosmarino. Infornate a 180° per 30 minuti circa. Mentre la zucca è in forno, pulite e tagliate i funghi a listarelle, cuoceteli in padella con i pomodorini, un filo di olio e salate quanto basta
- b. Quando sarà pronto il ripieno, srotolate l'impasto di pizza e formate dei cerchi. Prendetene uno, aggiungete un cucchiaino di zucca, un cucchiaino di funghi e qualche cubetto di provola. Infine formate una pallina, sigillate i bordi e schiacciatela per formare la focaccina
- c. Mettete una padella antiaderente sul fuoco a fiamma viva; quando sarà ben calda, abbassate la fiamma e adagiateci le focacce. Coprite con un coperchio e fate scaldare per 2 minuti a lato. Saranno pronte quando noterete una crosticina croccante.

3. Tartine con mousse di zucca e guanciaie

Un guscio di **pasta brisée** con una soffice mousse di zucca e croccanti petali di guanciaie. Queste tartine sono davvero gustose grazie al contrasto tra la dolcezza della zucca e la sapidità del guanciaie: con un calice di bollicine saranno un perfetto aperitivo.

Ingredienti per 15 tartine

- 1 rotolo di pasta brisée
- 50 grammi di zucca lessa
- 200 grammi di formaggio fresco spalmabile
- q.b. olio d'oliva
- q.b. sale
- q.b. pepe

Preparazione

- a. Per preparare le tartine con mousse di zucca e guanciaie iniziate ricavando dal rotolo di pasta brisée 15 cerchi. Disponeteli in uno stampo per muffin e cuoceteli a 180° per circa 15-20 minuti
- b. Intanto preparate la mousse frullando la zucca lessa fredda e i restanti ingredienti, tranne il

- guanciaie, fino a formare una crema omogenea da mettere in frigorifero
- c. Una volta pronte le tartine, aspettate che siano fredde prima di farcirle con la mousse
 - d. Intanto fate rosolare in una pentola ben calda il guanciaie affinché perda tutto il grasso; diventato marroncino lasciatelo raffreddare in un piattino con tovaglioli per asciugare il grasso restante
 - e. A questo punto non vi resta che assemblare le vostre tartine!

© Articolo di Ilaria Ciccone



Data di creazione

13/11/2020

Autore

redazione