



Pancake salati di zucca: come prepararli e farcirli

Se amate i pancake, dovete assolutamente provare questa variante a base della cucurbitacea autunnale per eccellenza e che si presta a ogni tipo di preparazione



I **pancake salati di zucca** sono una ricetta ideale per la **colazione** o la **merenda** ma si possono servire durante un **brunch** o un evento per deliziare il palato degli amici. Considerate, poi, che la zucca è povera di calorie, ricca di nutrienti e vanta **effetti benefici** per la salute del cuore, oltre a potenziare il sistema immunitario.

Se volete coniugare la [ricetta facile e veloce dei pancake](#) con un **ingrediente stagionale e sano**, indossate subito il grembiule: questi spuntini sono quelli che stavate cercando da tempo e potrete farcirli in tanti modi.

Data di creazione

15/12/2022

Autore

redazione