



Ciambella salata alle zucchine

Ingredienti

3 zucchine

5 uova grandissime

100 gr di pecorino

50 gr di parmigiano reggiano

200 gr di ricotta

100 gr di mandorle tritate

30 gr di semi misti tritati

30 gr di glutine

10 gr di fibre del pane della Paneangeli

30 gr di burro fuso

sale q.b.

pepe q.b.

una bustina di lievito (usato quello Lidl, nella busta arancione)

Ricetta chetogenica.

Tritare le zucchine nel Bimby.

Poi in una ciotola mettere le uova, le zucchine tritate, il pecorino grattugiato e il parmigiano, la ricotta, le mandorle tritate, i semi misti tritati, il glutine, le fibre del pane, il sale, il pepe, il burro fuso e una bustina di lievito.

Amalgamare il tutto con lo sbattitore, versare in uno stampo imburrato ed infarinato e cuocere in forno a 180° per 40 minuti.