



Ricetta

Tacos di zucca

Una combinazione sorprendente e deliziosa

35 min

Tempo di preparazione



65 min

Tempo totale



Ingredienti per 4 persone

ZUCCA

- 500 g zucca a dadini di circa 2 cm
- 2 C olio di colza
- 1 c peperoncino affumicato o paprika affumicata
- sale, pepe

PASTA DI FAGIOLI

- 1 cipolla tagliata sottile **Di stagione**
- 1/2 spicchi d'aglio tritati sottili
- 1 scatola fagioli red kidney, ca. 290 g, sciacquati a freddo, scolati
- 1 peperoncino verde, p. es. Jalapeño, ad anelli sottili
- 1/2 c sale
- 1 c zucchero
- 150 g crème fraîche
- 2 limone bio a fette
- 1 mazzetto coriandolo tritato grossolanamente
- ca. 12 tacos freschi o fajita fresche

Ecco come si prepara

1 di 4

Videoricetta

2 di 4

ZUCCA

Mettere la zucca sulla teglia da forno, condire con olio, peperoncino e sale, marinare per 3-5 minuti.

3 di 4

IN FORNO

Cuocere sul ripiano centrale del forno preriscaldato a 180 °C per 30 minuti. Lasciar raffreddare.

4 di 4

PASTA DI FAGIOLI

Mettere i fagioli e tutti gli ingredienti fino allo zucchero in una padella, lasciar sobbollire per 10–15 minuti. Ridurre in purea e lasciar raffreddare. Servire la zucca, la pasta di fagioli, la crème fraîche, il limone e il coriandolo in ciotole separate insieme ai tacos.