

# Gnocchi di zucca burro e salvia

Gli **gnocchi di zucca** sono una specialità autunnale e invernale, dal sapore caratteristico, molto particolari, un po' difficili da preparare, ma che vi daranno grande soddisfazione. E' assolutamente necessario scegliere una varietà di zucca poco acquosa, soda e compatta, come ad esempio la Mantovana o la Delica.

La difficoltà nella preparazione degli **gnocchi di zucca** è nella lavorazione dell'impasto che deve prendere poca farina, per non diventare duro e attaccarsi al palato. Per non dover aggiungere troppa farina lavorarlo poco, oppure utilizzare una tasca da pasticciare.

## INFORMAZIONI

- 2 persone
- **360Kcal** a porzione
- difficoltà **media**
- pronta in **1 ora e ½**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

## INGREDIENTI

- 400 g di zucca mantovana (peso netto della polpa)
- Sale
- 100 g di farina di grano tenero tipo 00
- 1 uovo di gallina
- 20 g di Parmigiano Reggiano
- 20 g di burro
- 4 foglie di salvia

## PREPARAZIONE

### Preparazione degli gnocchi

- Lavare la zucca sotto acqua fresca corrente e tagliarla a metà.
- Eliminare i semi ed i filamenti aiutandosi con un cucchiaino.
- Eliminare la buccia e tagliarla a fette alte 1 centimetro. Fare molta attenzione a rispettare il peso indicato in ricetta.
- Mettere le fette di zucca su una teglia foderata con un foglio di carta da forno.
- Cospargere con un pizzico di sale ed infornare a 160° C per 30-35 minuti. Aprire il forno a metà cottura per far uscire il vapore, così si asciugherà meglio.
- Per capire se la zucca è pronta schiacciarla con una forchetta: deve essere tenera e spappolarsi.
- Sforzare e farla raffreddare.
- Schiacciare la zucca con una forchetta fino ad ottenere un composto cremoso e metterlo in una ciotola.
- Unire la farina, l'uovo, il Parmigiano grattugiato ed amalgamare.
- Dividere il composto in piccole parti e lavorarle una per una.
- Su un tagliere di legno appena infarinato lavorare una parte della pasta fino ad ottenere un rotolino di un paio di centimetri di diametro.
- Tagliare con un coltello dei pezzetti da due centimetri.
- Appoggiarli uno alla volta sui denti di una forchetta e rigarli spingendoli delicatamente con il pollice.
- Disponerli su un vassoio infarinato facendo attenzione a che non si tocchino fra loro, altrimenti si attaccano.
- Se vuoi vedere una guida passo passo di come si preparano e rigano gli gnocchi, [clicca qui](#).

### Alcune note sulla preparazione degli gnocchi

- E' importante usare meno farina possibile, altrimenti gli gnocchi diventeranno duri. Per questo è bene lavorare piccole porzioni di impasto alla volta.
- Se non siete molto esperti e non vi riesce di rigare gli gnocchi perchè sono troppo appiccicosi, piuttosto che aggiungere troppa farina cuocerli senza rigatura, saranno comunque buonissimi.
- Se il composto è troppo morbido per essere lavorato su un tagliere, si può mettere in una tasca da pasticciare. Al momento di cuocerli far cadere pezzettini di impasto direttamente nell'acqua a bollire. Alternativamente prelevare l'impasto con un cucchiaino e farlo cadere nella pentola aiutandosi con un altro cucchiaino.

### Per completare la preparazione

- Sciogliere il burro in una capace padella assieme alle foglie di salvia. Spegnerlo fintanto che non si cominciano a ritirare gli gnocchi.



### VARIANTE VEGETARIANA

Utilizza un formaggio da grattugia vegetariano al posto del Parmigiano Reggiano.

- Lessare gli gnocchi in abbondante acqua salata a bollore. La pentola deve essere ampia e contenere molta acqua rispetto alla quantità degli gnocchi. Il fuoco di adeguate dimensioni per mantenere il bollore.
- Durante la cottura non mescolare troppo spesso e non farlo violentemente. Gli gnocchi sono delicati. Sono cotti quando salgono in superficie. Io solitamente attendo in più un altro mezzo minuto a ritirarli perché mi piace che abbiano raggiunto un certo calore all'interno.
- Gli gnocchi non si scolano, ma si ritirano con una ramina mettendoli direttamente nella padella del condimento. Anche questa padella deve essere molto ampia e gli gnocchi devono poter essere mantecati delicatamente, utilizzando una paletta, per mescolarli al sugo senza strapazzarli troppo.
- Rivoltare delicatamente con una paletta gli gnocchi nella padella del condimento per qualche minuto e servire con altro Parmigiano grattugiato.

## STAGIONE

Gennaio, febbraio, ottobre, novembre, dicembre

## AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

### I consigli di Barbara

Ottimi, se avanzano, anche **il giorno dopo**, scaldati nel forno a 200°C per una decina di minuti. Se tendono a scurirsi troppo coprirli con la carta stagnola. La versione pronta per essere gratinata può anche essere **congelata**. Si conserva così per 3 mesi circa. Al momento di consumarla metterla nel frigorifero la sera prima e scaldarla al momento di mangiarla nel forno come descritto in precedenza.