

OLIO CUORE

Rotolini di zucchine, ricotta e Pesto alla Genovese Cuore



I rotolini di zucchine, ricotta e Pesto alla Genovese Cuore sono un antipasto sfizioso tanto semplice da preparare quanto salutare. Hanno solo **86,35 mg di colesterolo** per porzione e pochissimi grassi saturi. Il condimento principale poi è il **Pesto alla Genovese Cuore**, realizzato con basilico 100% italiano, Grana Padano DOP e Olio Cuore, ricco di acido linoleico, che **aiuta a mantenere i normali livelli di colesterolo**. Le proprietà nutritive delle **zucchine** trasformano poi questo antipasto in un perfetto **piatto estivo**. Le zucchine sono infatti una preziosa **fonte di sali minerali**, che d'estate perdiamo in gran quantità a causa del caldo.

Ingredienti

- 4 zucchine medie
- 200 g di ricotta fresca
- 2 cucchiaini di Pesto alla Genovese classico Cuore
- 120 g di insalata mista
- 1 carota
- 4-5 ravanelli
- 1 lime
- Olio Cuore
- Sale Iposodico Cuore

- **Portata: Antipasti**
- **Tempo: 15"**
- **Persone: 4**

Preparazione

- Tagliare le zucchine a fette sottili aiutandosi con una mandolina o con l'affettatrice.



- Spennellarle di Olio Cuore e scottarle su una padella calda antiaderente per 20'' per parte.
Lasciarle raffreddare.



- In una terrina mescolare la ricotta con il Pesto alla Genovese classico Cuore.



- Spalmare la ricotta sulle zucchini.



- E arrotolarle formando un rotolino.



- Lavare l'insalata, affettare i ravanelli e le carote e comporre le verdure in un contenitore da asporto.

Condire leggermente con Olio Cuore e Sale Iposodico Cuore.

Adagiare i rotolini sull'insalata e accompagnare con uno spicchio di lime.

La ricetta è stata preparata con:



Pesto alla Genovese



Pesto alla Genovese senza Aglio