

# RAVIOLI DI ZUCCA

Viaggi&Assaggi  
Felici.blog

RAVIOLI DI ZUCCA FATTI IN CASA  
CON PANNA DI SOIA AUTOPRODOTTA  
E "PARMIGIANO VEG "





# Ingredienti per circa 60 ravioli

## per la pasta

- 400 g. di semola rimacinata integrale di grano duro bio la molisana,
- acqua tiepida qb. (150/180 ml )
- 1 cucchiaino di sale,
- 1 cucchiaio di olio evo ,
- 1 cucchiaino di curcuma.

## Ripieno

- 450 gr di zucca,
- 1 spicchio d'aglio,
- 1 cucchiaio di lievito alimentare ,
- 70 g. di mandorle tritate,
- noce moscata, ,
- un filo d'olio,
- sale e pepe.

## Condimento

- olio Evo
- [panna di soia](#) 200 ml fatta in casa –
- parmigiano veg-
- Pepe-

- Sale-
- Olio extra vergine di oliva-

## Procedimento

- Innanzitutto preparate la pasta in casa : Mettere la farina, curcuma, sale, olio e impastare, formare un bel panetto, e a riposo per 30 minuti.
- Pulire la zucca, affettarla metterla nel cestello della friggitrice ad aria coperta da carta forno, Azionate la friggitrice ad aria a 200° e cuocetele per 4 minuti. Giratele e spruzzatele con qualche puff di olio. Proseguite la cottura per altri 4 minuti fino a che non risultano morbide. Ovviamente i tempi potranno variare a seconda della dimensione e dello spessore delle fette di zucca.
- quando è pronta, schiacciarla e unire le mandorle tritate, noce moscata, sale, pepe e un po' di lievito alimentare ,
- a riposo in frigo per 1 ora.
- Tirate la sfoglia, molto sottile, e tagliate dei piccoli rettangoli, al centro mettete, un po' di condimento, spennellate con un po' d'acqua I bordi e formate dei ravioli.
- Lessateli in acqua salata, scolate con la schiumarola, e poggiate su un vassoio riscaldato,
- condite i ravioli con funghi trifolati che avete preparato in precedenza ( con prezzemolo, aglio, sale e olio evo) , panna di soia .
- Tutto quello che vi manca ora è un pizzico di **parmigiano vegano** : tritate insieme delle mandorle, i semi di girasole, dei semi di sesamo (che potreste tostare), e due cucchiaini di lievito alimentare in scaglie e per ultimo un pizzico di sale .

*Servite caldi e buon appetito*

*Nella foto vedrete anche qualche tortellino* □

*Se vi va di seguire le altre mie ricette dolci e salate potete iscrivervi anche al :*

*□ mio gruppo Facebook Viaggi&AssaggiFelici  
facebook.com/groups/viaggiassaggifelici.blog*

*□ seguirmi su  
Pinterest <http://www.pinterest.com/viaggiassaggifelici/blog>*