Involtini
di zucchine e filetti di sgombro

Ingredienti (per 4 persone)

280 g di fette di zucchine grigliate
3 fette di pane morbido da tramezzino
250 g di **Filetti di sgombro in olio di oliva Rizzoli**
Timo
100 g di pomodorini

Preparazione
Tagliate il pane dello stesso spessore delle zucchine. Adagiate le zucchine sul piano di lavoro e sovrapponete i Filetti di sgombro in olio di oliva. Aromatizzate con un poco di timo e arrotolate le fette di zucchine. Fermate i rotolini con stecchini e guarnite con mezzo pomodorino.

Tempo di esecuzione
15 minuti

VALORI NUTRIZIONALI A PORZIONE	
Calorie	190 Kcal/794 Kj
Proteine	2,25 g
Carboidrati	3,25 g
Grassi	1,00 g

RIZZOLI EMANUELLI s.p.a. - © 2010 - www.rizzoliemanuelli.it