



Ricetta N. RE003529 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 13 Giu 2022 alle ore 17:27

da MAYA BELEN MEJÁ-AS

Livello di difficoltà: Facile

Piatto tipico della stagione: Estate

Come ti senti gustando la tua ricetta? Felice

## Coppitiello di Polpette di Melanzane

Coppitiello di polpette di melanzane senza glutine e senza lattosio, servito con salsa di pomodoro San Marzano, mousse di mozzarella e guacamole.

Tempo di preparazione: 1 ore

### Ingredienti per 2 persone

Polpette di Melanzane:

500 g Melanzane viola

200 g Pane senza glutine raffermo

Ammorbidito in acqua e strizzato, preferibilmente fatto in casa

2 Uova fresche

Di media dimensione

100 g Parmigiano Reggiano DOP - 30 mesi (Parmigiano Reggiano)

Q.b. Sale bilanciato

Mousse di mozzarella senza lattosio:

100 g Mozzarella senza lattosio (Latteria Sorrentina)

Q.b. Olio extravergine di oliva (Adoro)

Q.b. Sale

Salsa di pomodoro:

400 g Pomodori pelati San Marzano (La Fiammante)

n.3 cucchiaini Olio extravergine di oliva (Adoro)

n.1 Cipolla

Guacamole:

n.1 Avocado maturo

(aviotrasportato)

n.4 Pomodorini ciliegino

n.1 Cipolla bianca

Q.b. Olio extravergine di oliva (Adoro)

n.1 Lime

### Preparazione

Pelare e tagliare a dadini di circa 1cm le melanzane

Sbollentare in acqua salata per circa 10 minuti

Scolare e lasciare raffreddare

Sbriciolare in una ciotola il pane senza glutine

Aggiungere il Parmigiano

Inserire le melanzane strizzate

Mescolare delicatamente aggiustando con un pizzico di sale

Amalgamare bene il tutto con le uova fino a raggiungere una consistenza omogenea e lavorabile al cucchiaio  
Lasciare riposare una decina di minuti.

#### Salsa di pomodoro

In un tegame soffriggere la cipolla con l'olio e aggiungere la passata di pelati San Marzano  
Coprire e lasciar cuocere a fuoco lento fino a quando la salsa avrà una consistenza cremosa  
Lasciar raffreddare.

#### Mousse di mozzarella

Tagliare a dadini la mozzarella senza lattosio aggiungendo un filo di olio  
Frullare fino ad ottenere una consistenza cremosa.

#### Guacamole

Sbucciare e tagliare l'avocado schiacciando la polpa in una ciotola con una forchetta aggiungendo subito il succo di lime per evitarne l'ossidazione  
Mischiare con la cipolla e il pomodoro tritati finemente al coltello  
Condire con l'olio extra vergine ed un pizzico di sale amalgamando bene tutti gli ingredienti in una crema densa.

A questo punto, in una padella a bordo alto, portare a temperatura abbondante l'olio evo, con l'aiuto di due cucchiai formare le polpette a mo' di quenelle.

Friggere le polpette immergendole completamente nell'olio bollente fino alla perfetta doratura.

Scolare e avvolgere le polpette in un cono di carta per fritti.

Servire con le salse.

#### **Vino consigliato**

Un calice di Coda di volpe docg

#### **La ricetta ha partecipato a:**

Il salotto del food 2022 - Protagoniste in cucina