



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE002032 - Ricetta di tradizione

Registrata in data 09 Apr 2018 alle ore 16:02

da ALESSANDRA URISSELLI

Livello di difficoltà: Facile

Piatto tipico della regione: Calabria

Piatto tipico della stagione: Estate

Come ti senti gustando la tua ricetta? Felice

Melanzane ripiene alla calabrese

Una ricetta del cuore, una ricetta che parla della mia infanzia, della mia terra d'origine, dei miei ricordi e della mia dolce nonna Luigina, la quale preparava delle melanzane strepitose. Piatto della tradizione calabrese, gustoso ma allo stesso tempo realizzato con ingredienti semplici.

Tempo di preparazione: 90 minuti

Ingredienti per 4 persone

400 g di macinato misto (suino e bovino)
180 g di pane casereccio ammollato nel latte e ben strizzato
n. 2 melanzane grandi (oppure 4 piccole)
160 g di pecorino crotonese
1 spicchio d'aglio tritato
150 g di provola silana tagliata a tocchetti
sale
pepe
prezzemolo
250 ml di passata di pomodoro
1/4 di cipolla tritata
foglie di basilico fresco
n.2 cucchiaini di olio evo
sale

Prodotti utilizzati

Passata di pomodoro La Fiammante

Strumenti di cottura

Scolapasta, tegami, pentola.

Preparazione

Preparare il sugo al basilico, facendo soffriggere la cipolla con l'olio evo (2 -3 cucchiaini più o meno), appena la cipolla è rosolata, incorporare la passata di pomodoro e farla cuocere per almeno 45 minuti. Al termine della cottura salare e pepare e unire il basilico fresco.

Prendere le melanzane e tagliarle in verso verticale, tagliare il picciolo e le foglie in superficie e con uno spelucchino scavare la polpa delle metà delle melanzane, lasciando la forma a barchetta.

Mettere le "barchette" di melanzana e la polpa a cuocere in acqua bollente salata per circa 20-25 minuti.

Trascorso questo tempo, scolare le melanzane e lasciare sgocciolare in uno scolapasta.

Nel frattempo preparare il ripieno, in una ciotola lavorare la carne, il pane ben strizzato e unire pecorino, sale e pepe nero.

Aggiungere l'aglio, il prezzemolo tritato e infine l'uovo e infine la polpa di melanzana ben strizzata e tritata, lavorare fino ad ottenere un impasto omogeneo e non troppo morbido.

Tagliare la provola a dadini e inserirla nel ripieno di carne.

Farcire le barchette con il ripieno di carne e farle friggere in una padella con olio evo, 5 minuti per ogni lato.

Fare sgocciolare le melanzane in un piatto coperto di carta assorbente.

Preparare intanto una pirofila da forno e fare un fondo di salsa al pomodoro, adagiare le melanzane e coprirle con della salsa in superficie e del pecorino grattugiato.

Cuocere in forno caldo a 200° per circa 20 minuti e fare gratinare.

Gustare tiepide o fredde.

Vino consigliato

Vino Cirò rosso