



**Ricetta N. RE002032 - Ricetta di tradizione**

**Registrata in data 09 Apr 2018 alle ore 16:02**

**da ALESSANDRA URISELLI**

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