

ANTIPASTI E SNACK

Involtini di melanzane

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 10 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Se c'è una cosa alla quale d'estate non si può rinunciare è un bella pietanza a base di melanzane. Buone, economiche e versatili sono perfette sempre, in qualunque versione. Qui ad esempio vi proponiamo degli involtini di melanzane facili e veloci che risultano perfetti per una cena tra amici. Provate questa ricetta favolosa e vedrete che successo sulle vostre tavole, i vostri ospiti non ne lasceranno nemmeno uno! E se amate cercate invece un primo piatto per utilizzarle, vi proponiamo questo: le avete mai fatte col [risotto](#)?

Scopri le nostre migliori [ricette con le melanzane](#).

INGREDIENTI

MELANZANE 1
POMODORI 1
SALSICCIA DI MAIALE 2
EMMENTALER 8 fette
PREZZEMOLO 3 ciuffi
PARMIGIANO GRATTUGIATO
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
SALE
PEPE NERO
RUCOLA FRESCA

PREPARAZIONE

- 1 Scaldare molto bene una griglia, possibilmente in ghisa, allineare le fette di melanzana sulla griglia e grigliare da entrambi i lati.



- 2 Liberare le salsicce dal budello e sbriciolare la salsiccia in padella senza aggiungere alcun tipo di condimento, accendete il fuoco vivace e fate rosolare leggermente.



- 3 disponete le melanzane sul piano di lavoro.

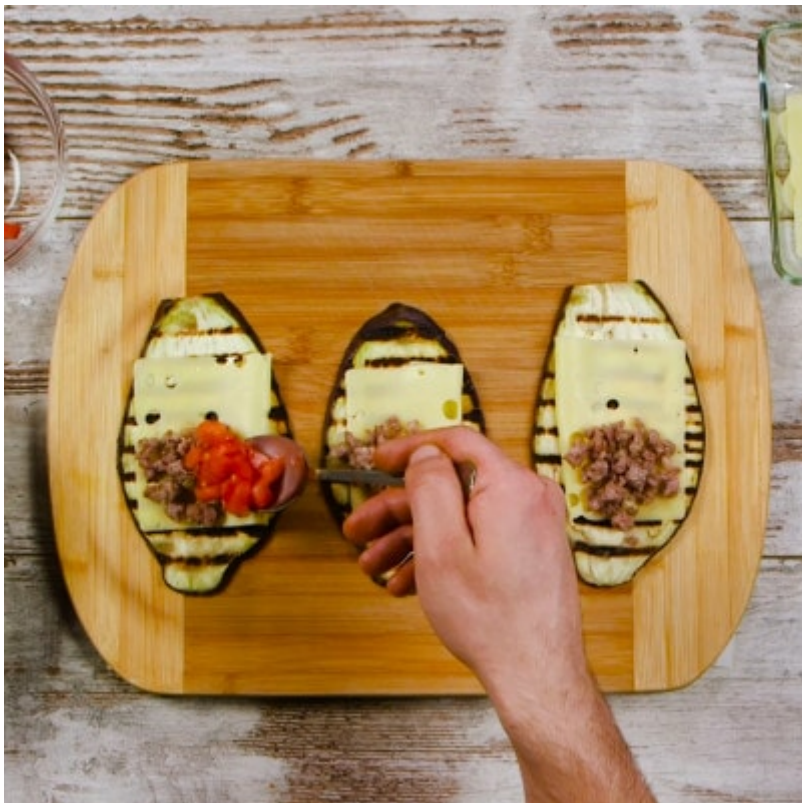
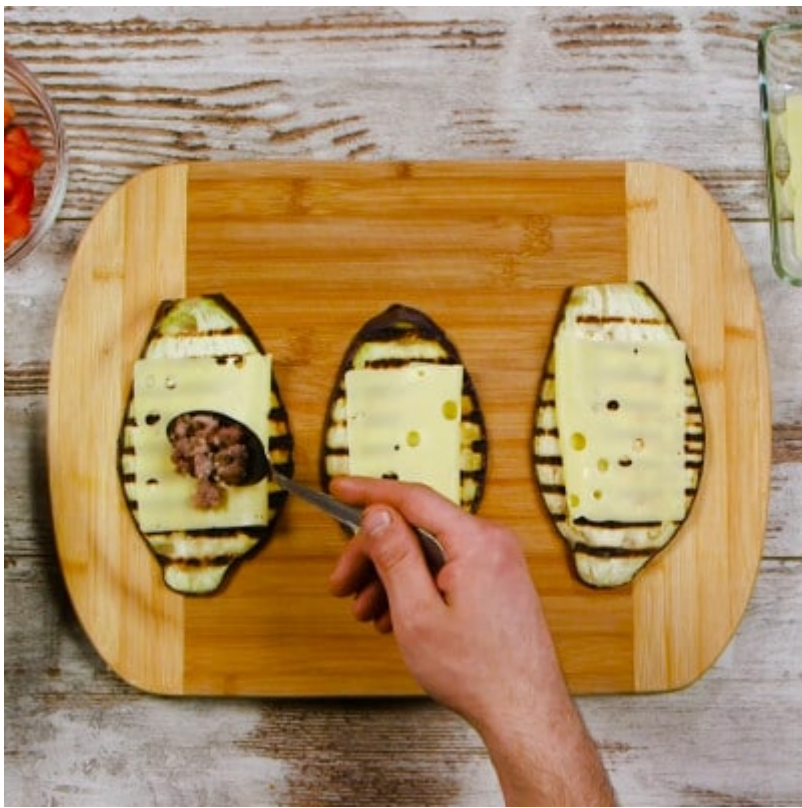
Posizionate una fetta di emmental su ciascuna fetta di melanzana.

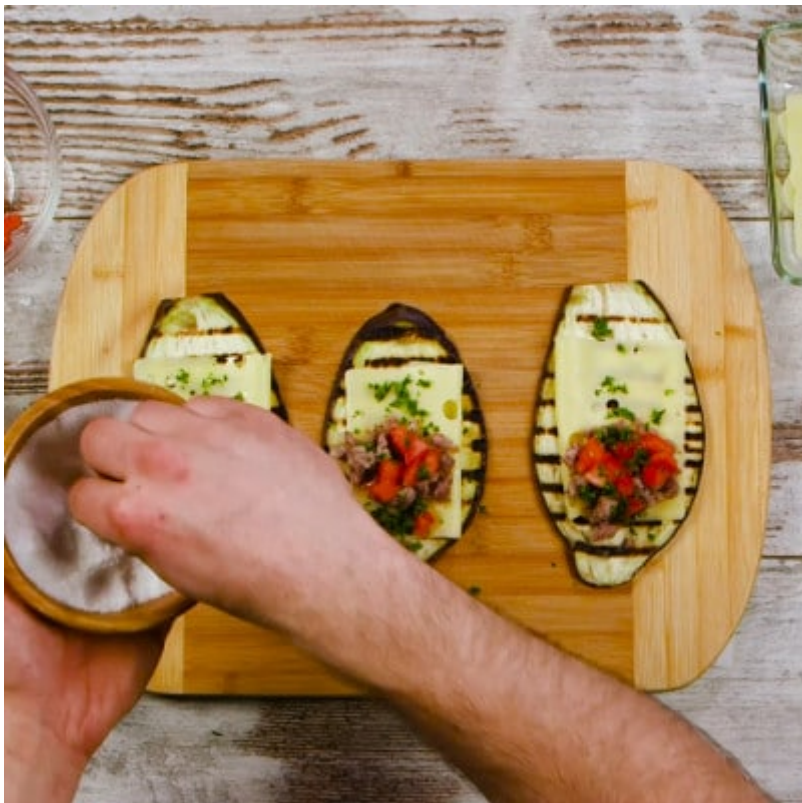
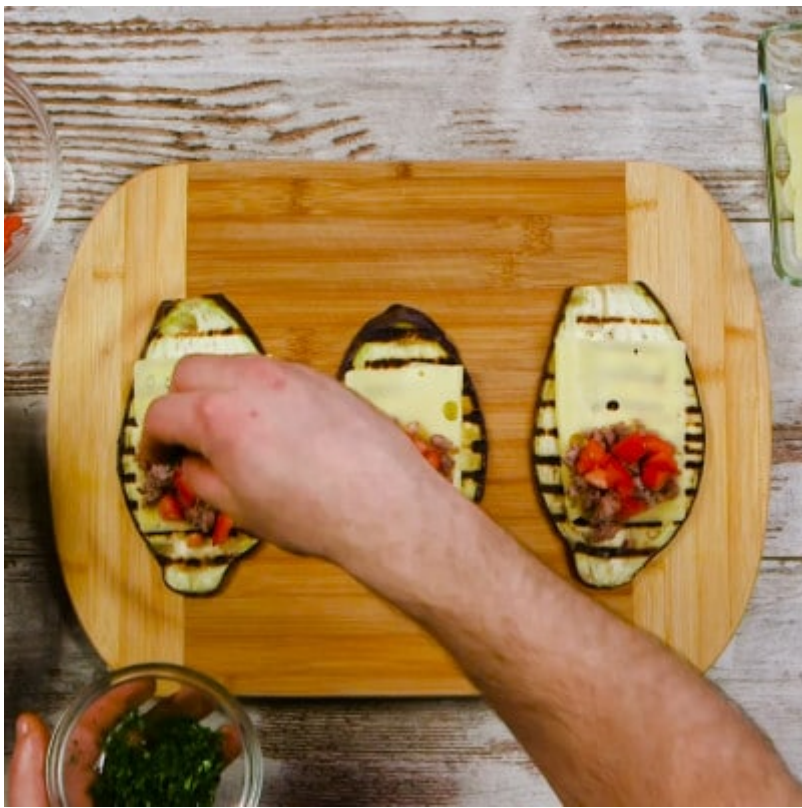
Distribuite la salsiccia sulle fette, circa un cucchiaio su ogni fetta, quindi aggiungete un cucchiaio di pomodoro che avrete lavato e cubettato piuttosto fine.

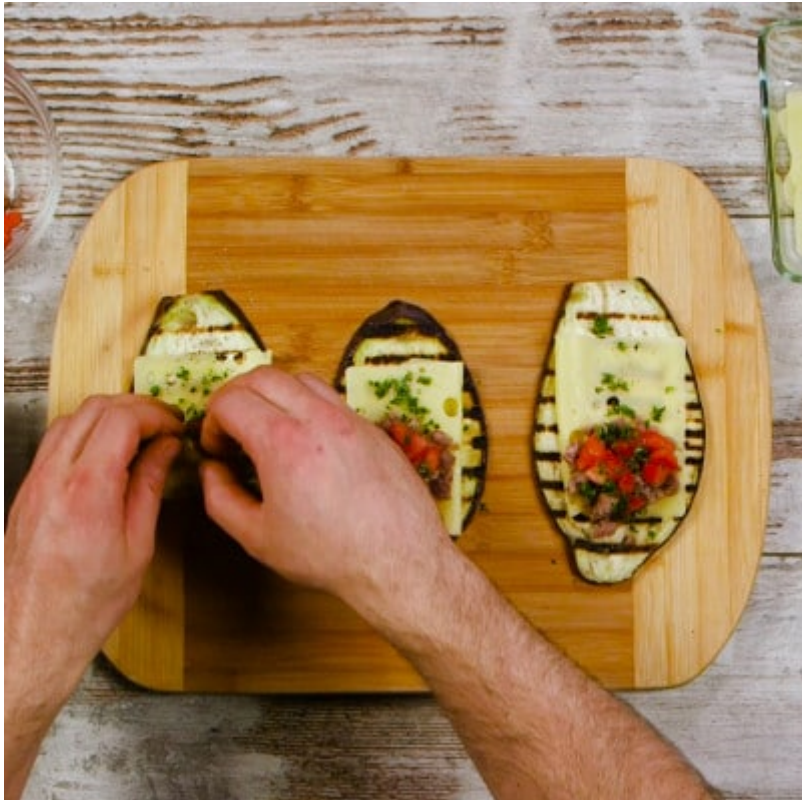
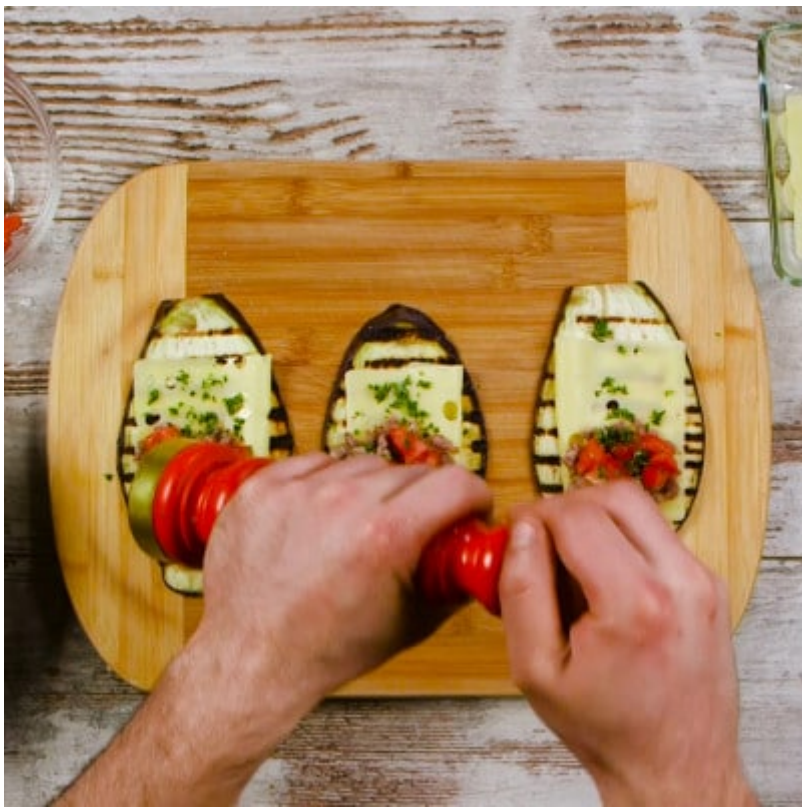
Condite, quindi con sale, pepe e poco prezzemolo tritato.

Arrotolate le fette di melanzane











4 trasferite gli involtini in teglia foderata con un foglio di carta forno. Ungete i rotolini in superficie e distribuite poco parmigiano grattugiato.

Passate in forno a 190°C per 10 minuti o fino a che il formaggio non sia fuso.







5 Servite gli involtini di melanzane su un letto di rucola ancora caldi in tavola.



