

SECONDI PIATTI

Melanzane ripiene di carne e ricotta

di: *Cookaround*

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 90 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Le melanzane ripiene di carne e ricotta costituiscono un secondo piatto sostanzioso. Per quattro persone è sufficiente farcire due melanzane tagliate a metà, ciascuna metà verrà farcita e sarà una bella porzione per una persona.

La presenza della ricotta renderà la farcia più morbida rendendo queste melanzane ripiene una vera delizia.

La preparazione richiederà del tempo, più tempo d'attesa per la cottura che altro, ma comunque per prepararle dovrete prendervi un po' di tempo e procedere senza affrettare i tempi, se non potete

allora è preferibile cuocere le melanzane il giorno prima per spezzare a metà il tempo di preparazione.

Preparatene in quantità potrete anche surgelarle per trovarle pronte da ripassare al forno, un'ottima idea, no?

INGREDIENTI

MELANZANE grandi - 2

CARNE MACINATA DI MANZO 400 gr

RICOTTA 200 gr

PREZZEMOLO 1 ciuffo

PARMIGIANO GRATTUGIATO 100 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Per preparare le melanzane ripiene di carne e ricotta dovrete partire proprio dalle melanzane le quali avranno bisogno di una precottura.

Lavate gli ortaggi, quindi divideteli a metà per la lunghezza.

Prendete una teglia e foderatela con un foglio di carta forno, quindi disponetevi le melanzane con la parte tagliata rivolta verso l'alto.

2 Incidete la polpa delle melanzane con dei tagli diagonali prima in un senso e poi nell'altro, questo permetterà di ridurre i tempi di cottura consentendo al calore di penetrare al cuore della melanzana.

Scaldate intanto il forno a 180°C.

Condite le melanzane incise con un giro d'olio extravergine d'oliva e del sale, quindi infornatele e lasciatele cuocere per circa 50 minuti.

3 Una volta cotte, ovvero quando la polpa risulterà morbida, sfornate le melanzane e

prelevate la polpa da ciascuna metà lasciando la buccia integra, questa, infatti, fungerà da contenitore per la farcia.

4 Trasferite la polpa delle melanzane in una bella ciotola capiente e unitevi la carne macinata, il prezzemolo tritato, un uovo, il parmigiano, del sale e pepe. Impastate molto bene questi ingredienti fino ad ottenere una sorta di polpettone omogeneo e dalla consistenza morbida.

5 Utilizzate l'impasto per farcire le barchette di melanzana, non siate parchi ma utilizzate bene tutta la farcia per colmare la verdura.

Non vi resta che sistemare nuovamente le melanzane sulla teglia ed irrorare il tutto con un giro d'olio extravergine d'oliva.

6 Infornate nuovamente a 180°C per circa 50 minuti o fino a cottura completa della farcia.

Servite a piacere le melanzane ripiene di carne e ricotta calde o tiepide in tavola.