

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Crema di melanzane semplice

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

3 - 4 melanzane
1 cipolla media
olio extravergine di oliva
pepe nero
sale.

PREPARAZIONE



- 2 Tagliare le melanzane in quattro spicchi e poi eliminare la gran parte della polpa bianca che potrà essere sfruttata per altre preparazioni.



- 3 Tagliare gli spicchi a fette grosse e metterli a bagno in acqua e sale per almeno un'ora in modo che scarichino l'amaro.



- 4 Affettare la cipolla a velo e soffriggerla in olio abbondante, cuocere a fiamma bassa e farla appassire senza che si colori troppo.



- 5 A questo punto aggiungere le fette di malanzana, cuocere sempre a fiamma bassa e quando cominciano ad ammorbidirsi aggiustare di sale e unire del pepe nero.



6 Continuare la cottura sempre a fuoco basso per almeno 30 minuti, se tendesse ad asciugare, aggiungere un mestolino d'acqua.

Ottenere una crema e far stringere bene la preparazione.



7 Gustare tiepide o fredde.