

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Melanzane al prezzemolo e salsa di soia

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



ISI NIÈRE PARISE NNE

INGREDIENTI

- 1 grossa melanzana
- 1 spicchio d'aglio
- 2 cucchiaini di salsa di soia
- olio
- sale
- pepe
- prezzemolo fresco.

PREPARAZIONE

- 1 Tagliare la melanzana a dadini.



- 2 In una padella antiaderente soffrigere con un filo d'olio l'aglio tritato, quindi aggiungere i dadini di melanzana.





- 3 Rosolare il tutto per un paio di minuti a fuoco medio, dopodichè abbassare la fiamma e coprire con un coperchio.

Proseguire la cottura stufando per una decina di minuti.

Terminata la cottura aggiungere il prezzemolo tritato, la salsa di soia, sale e pepe quanto basta.

