

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Melanzane alle noci e mandorle

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Calabria](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [10 min](#) COSTO:

[molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

MELANZANE 2
SPICCHIO DI AGLIO 3
ACETO DI VINO BIANCO ½ bicchieri
MIELE 1 cucchiaino da tavola
MANDORLE 4
GHERIGLI DI NOCI 50 gr
UVETTA SULTANINA 20 gr
BASILICO 4 foglie
MENTA 4 foglie
OLIO DI ARACHIDI 1 l
SALE

Se amate i contorni ricchi e gustosi, che abbiano un tocco in più che li rende speciali e unici, queste melanzane alle noci e mandorle è ciò che fa per voi! Si tratta di una ricetta squisita in realtà semplice da fare che ben si presta ad essere utilizzata durante una sera con gli amici con i quali si vuol fare bella figura. Di certo troverete questa combinazione particolare, che risulta perfetta da abbinare a grigliate gustose o perché no, va benissimo anche spalmato su crostini! Provate questa ricetta e se amate questo ortaggio vi diamo anche un'altro consiglio: perché non provate anche la [crema](#) di melanzane!

PREPARAZIONE

- 1 Pulite, tagliate a dadi le melanzane e mettetele in una terrina con il sale per un'oretta circa cosicchè perdano l'acqua di vegetazione che conferirebbe al piatto un sapore amaro.



- 2 Mettete in ammollo l'uvetta in acqua.

Scaldate l'olio per fritture in una padella e, quando raggiungerà il giusto grado di calore, tuffatevi le melanzane tamponate dall'umidità che avranno rilasciato.



- 3 Via via che le melanzane saranno pronte, prelevatele dalla padella con una schiumarola ed adagiatele su dei fogli di carta assorbente affinché s'asciughino dall'olio in eccesso.

In una terrina schiacciate gli spicchi d'aglio, unitevi le melanzane, l'uvetta ammollata ben strizzata, le noci spezzettate grossolanamente con le mani e le quattro mandorle grattugiate.





- 4 Aromatizzate la preparazione con qualche foglia di basilico spezzettata a mano e la menta; mescolate con un cucchiaino e mettete da parte la terrina coperta con un canovaccio.



- 5 Nel frattempo fate scaldare in un pentolino l'aceto con il miele affinché il miele si fluidifichi e si amalgami bene all'aceto.



- 6 Non appena il composto inizia a schiumare, toglietelo dal fuoco e versatelo immediatamente sulle melanzane messe da parte.



7 Mescolate il tutto affinché il condimento si distribuisca in modo omogeneo; coprite nuovamente la terrina con un canovaccio e lasciate insaporire il tutto a temperatura ambiente fino al raffreddamento completo.

Affinchè le melanzane possano insaporirsi bene è consigliabile lasciarle riposare ed insaporire per un giorno intero.