

SECONDI PIATTI

# Melanzane con le lenticchie

LUOGO: *Africa / Egitto*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *molto bassa*    REPERIBILITÀ ALIMENTI: *molto facile*



## INGREDIENTI

- 100 g di lenticchie
- ½ cucchiaino di sale
- 250 g di melanzane
- 4 spicchi d'aglio
- 1 peperoncino piccante fresco
- 2 cucchiai di olio vegetale
- 4 cucchiai d'acqua
- 10 foglie di menta

## PREPARAZIONE

**1** Coprite le lenticchie con acqua bollente e lasciatele in immersione per 2 ore. Scolatele, copritele con acqua fresca, aggiungete il sale, portate ad ebollizione e cuocete, a pentola coperta per circa ½ ora. Scolatele. Tagliate le melanzane per il lungo in 4 pezzi e quindi tagliate questi in pezzi da 5 cm l'uno. Schiacciate insieme l'aglio e il peperoncino piccante, frigeteli quindi nell'olio vegetale fino a doratura.

Aggiungete al composto di aglio e peperoncino nella casseruola, le lenticchie, i pezzi di

melanzana e l'acqua. Continuate a friggere per circa 2-3 minuti fino a che la melanzana sia cotta. Aggiungete le foglie di menta, mescolate il composto una volta sola con un cucchiaio e rimuovete dal fuoco.