

PRIMI PIATTI

Melanzane ripiene di riso facili

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) PREPARAZIONE: [25 min](#) COTTURA: [75 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Melanzane ripiene di riso facili: una ricetta semplice e molto gustosa, che diventerà di certo un grande cavallo di battaglia in casa vostra. Provate questa ricetta e vedrete che bontà incredibile! Di certo i vostri ospiti ne andranno matti!

INGREDIENTI

- 300 g di riso
- 4 melanzane
- 700 g di passata di pomodoro
- 100 g di provola
- 2-3 uova sode
- 3-4 cucchiaini di parmigiano grattugiato
- 1 cipolla
- 1 spicchio di aglio
- qualche foglia di basilico
- poco prezzemolo
- sale e pepe.

PREPARAZIONE

1 Tritare la cipolla

In una casseruola mettete la passata, l'aglio, la cipolla, il prezzemolo, il basilico, sale e pepe.

Mescolare e fate cuocere 20-30 minuti.



- 2 Cuocere le melanzane tagliate a metà in acqua salata per circa 10/15 minuti, non devono spappolarsi ma rimanere "al dente".



- 3 Con un cucchiaino prelevate la polpa.



4 Strizzare bene la polpa e tritarla.



5 Tritare le uova e la provola.



6 Nel frattempo in una pentola fate cuocere al dente il riso in abbondante acqua salata.

In una ciotola mettete il riso, un pò di sugo, le melanzane tritate, le uova e la provola, il parmigiano.e un pò di basilico e prezzemolo fresco.



7 Mescolare il tutto per bene.



8 Riempite le barchette di melanzane e mettetele in una teglia cosparsa con un pò di sugo,metteteci su ancora un pò di sugo e una spolverata di parmigiano.

Infernare a 190°C per circa 30 minuti.

