

SECONDI PIATTI

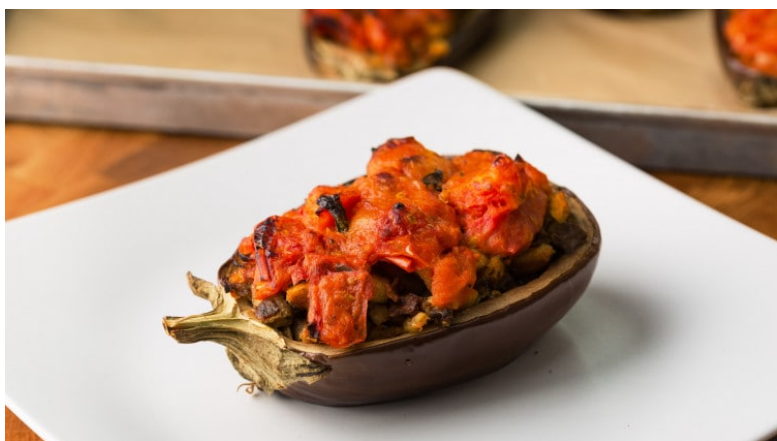
Melanzane ripiene pugliesi

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa** / **Italia** / **Puglia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **15 min** COTTURA: **45 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



Le **melanzane ripiene** sono un tesoro ricco di infinita golosità. La ricetta delle melanzane ripiene è di origine spagnola, nato come piatto contadino, oggi si sono diffuse oramai sulla tavola di tutti gli itaiani. Buone e facili da fare sono il piatto perfetto se si vuole conquistare i propri ospiti. È un piatto che sa di famiglia e di tradizione, che crea subito un'atmosfera conviviale. Le melanzane per la loro versatilità si prestano a tantissime ricette e preparazioni tutte da provare! Le melanzane ripiene sono da servire calde, ma sono ottime anche tiepide, o fredde ideali per le cene estive, dove

questo ortaggio è nel periodo migliore.

Provate anche queste varianti di melanzane ripiene:

[melanzane ripiene saporite](#)

[melanzane con carne e ricotta](#)

INGREDIENTI

MELANZANE media grandezza - 2

PANE tipo pugliese - 5 fette

PECORINO 30 gr

PREZZEMOLO mazzetto - 1

BASILICO

POMODORI maturi - 2

SPICCHIO DI AGLIO 1

OLIO DI OLIVA 5 cucchiaini da tavola

SALE

ACETO DI VINO BIANCO 40 gr

PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Per fare le melanzane ripiene lavate e tagliate le melanzane in due parti per il lungo.

Portate ad ebollizione una pentola colma d'acqua salata ed acidulata con un cucchiaino d'aceto e sbollentatevi le melanzane per 5 minuti.





2 Svuotare ciascuna metà di parte della polpa che taglierete a dadini.





3 Scaldate in una padella l'olio extravergine d'oliva e fatevi soffriggere l'aglio tritato.

Non appena l'aglio inizierà a prendere colore, unite la polpa delle melanzane e lasciate cuocere per circa 15 minuti con il coperchio.





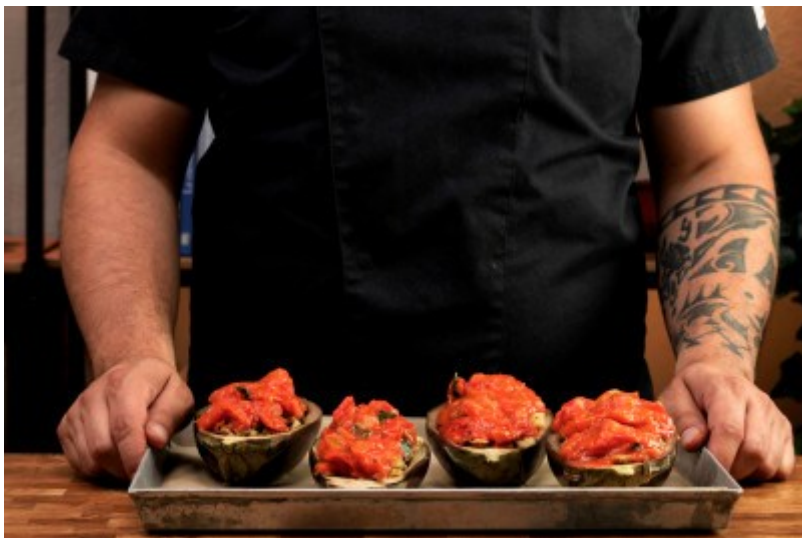
- 4 In un'altra padela fate cuocere per 5 minuti a fiamma viva i pomodori a pezzi insieme a due cucchiari d'olio extravergine e ad uno spicchio d'aglio; salate adeguatamente.



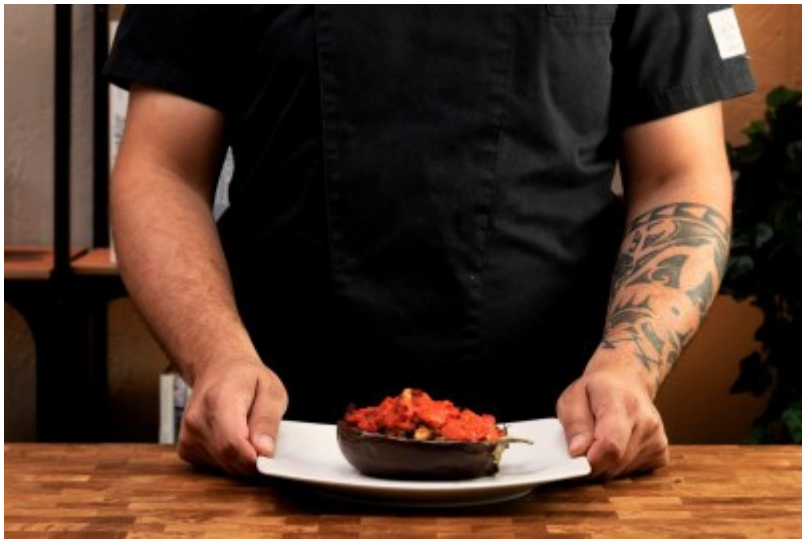


5 Quando la salsa sarà quasi cotta, aromatizzatela con del basilico fresco.





- 6 Nel frattempo preparate la farcia impastando in una ciotola la mollica di pane sbriciolata, le uova, la polpa delle melanzane fatta soffriggere in precedenza, il pecorino, il sale ed il prezzemolo tritato.



CONSIGLI E CURIOSITÀ