

SECONDI PIATTI

# Polpettone alle melanzane

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **bassa**    PREPARAZIONE: **25 min**    COTTURA: **45 min**    COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

NOTE: + 30 MINUTI DI RIPOSO



## INGREDIENTI

2-3 melanzane  
1 uova  
5-6 cucchiari di pangrattato  
1 spicchio di aglio  
3-4 cucchiari di formaggio grattugiato  
2-3 cucchiari di olio extravergine di oliva  
50 g di carne macinata  
poco prezzemolo  
poca farina  
sale e pepe.

## PREPARAZIONE

**1** Togliete la buccia dalle melanzane e tagliatele a fette.

Cospargetele con del sale e fate riposare 30 minuti.

Sciacquatele per togliere l'amaro.

In una pentola fate bollire dell'acqua, unite le fette di melanzana e fatele cuocere per 5 minuti, scolatete e fatete raffreddare.

Trasferite in un mixer e frullare.



**2** In una ciotola mettete le melanzane frullate, 1 uovo, il formaggio, 1 cucchiaio di olio, prezzemolo e aglio tritati, il macinato, il pangrattato, sale e pepe e mescolare.

L'impasto deve risultare compatto quindi, se serve, unite altro pangrattato.



3 Oleate una pirofile e cospargete di pangrattato.



- 4 Con il composto formate un polpettone e passatelo nella farina quindi mettetelo nella pirofila.



- 5 Infornate a 200°C per circa 30-40 minuti.



