

SALSE E SUGHI

Salsa cremosa di melanzane - Baba ghannouj

LUOGO: [Asia](#) / [Libano](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [60 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



Baba ghannouj ovvero la più famosa salsa cremosa di melanzane, detta anche caviale di melanzane è costituita principalmente da melanzane, appunto, e spezie.

Di origini mediorientali, si ritrova facilmente anche in alcune cucine del nord Africa.

Viene consumato solitamente come [antipasto](#) oppure è ottimo per accompagnare le [falafel](#) (polpette di ceci) o utilizzato come [salsa](#) assieme ai tipici pani arabi come [pita](#) e [naan](#).

INGREDIENTI

MELANZANE grossa e globosa - 1

SPICCHIO DI AGLIO 3

TAHINI 60 gr

SUCCO DI LIMONE 60 ml

SALE

PEPERONCINI PICCANTI

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola

PREZZEMOLO tritato - 1 ciuffo

PEPERONI ROSSI a fette per guarnire - 1

PREPARAZIONE

- 1 Cuocete la melanzana in un forno caldo a 180°C per circa un'ora. Una volta ben cotta la melanzana, ovvero quando la buccia risulterà ben arrostita, toglietela dal forno.



- 2 Lavorate gli spicchi d'aglio insieme a pari volume di sale fino ad ottenere una pasta.

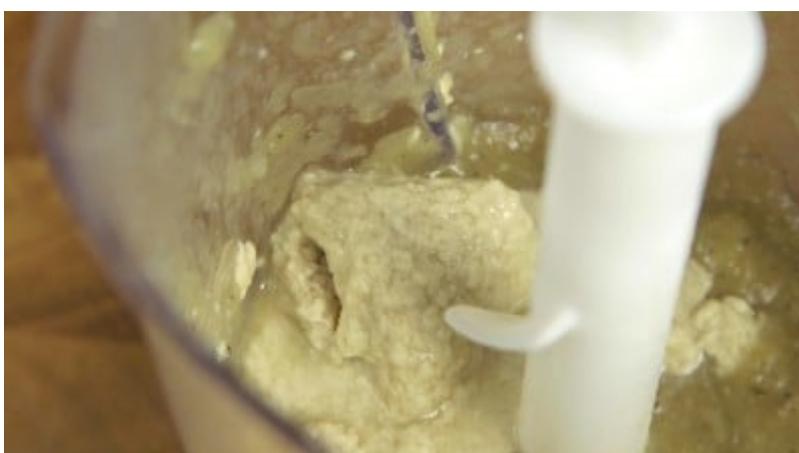


3 Aggiungetevi la polpa di melanzane e continuate a lavorare il composto fino a che ne

risulti una salsa liscia.



4 Unite, a questo punto, la tahina ed il succo di limone.





- 5** Trasferite il tutto in una ciotola e irrorate con un po' d'olio, guarnite con del prezzemolo tritato, fette di peperone rosso e spolverizzate con del peperoncino, la salsa è pronta per essere servita.



