

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Shigiyaki di melanzana

LUOGO: Asia / Giappone

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



INGREDIENTI

- 5 melanzane piccole
- ¼ di cucchiaino di sale
- ½ cucchiaino di glutammato monosodico
- 2 cucchiai d'olio
- 2 cucchiai di dashi 1
- 3 cucchiai di miso
- 3 cucchiai di zucchero
- 2 cucchiai di mirin

PREPARAZIONE

1 Lavate le melanzane, asciugatele e tagliatele, eliminando il picciolo, in fette alte circa ½ cm; cospargetele di sale e glutammato e spennellatele d'olio da entrambi i lati. Riunite gli altri ingredienti in una casseruola e scaldateli insieme finché accennano un leggero bollore.

Cuocete le fette di melanzana in forno, col fuoco sopra; quando sono dorate su entrambi i lati spalmatele con il miscuglio degli altri ingredienti e continuate la cottura per 1 minuto

ancora. Servitele ben calde.