

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Involtini di melanzane con guanciale e caciocavallo

DOSI PER: 15 pezzi DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 30 min COSTO: medio



Gli involtini di melanzane con guanciale e caciocavallo sono un [contorno](#) dai sapori mediterranei, ricco e molto gustoso. La ricetta prevede una preparazione semplice e veloce ispirata al tipico condimento della pizzaiola. Un sughetto saporito avvolgerà con gusto gli involtini assicurando un'appetitosa scarpetta! Arricchite i vostri menu estivi con questo piatto succulento che esalta al meglio gli ortaggi di stagione. Scopri le nostre migliori [ricette con le melanzane](#).

Non perdetevi altre sfiziose varianti di questa ricetta:

Involtini di melanzane

Involtini di melanzane con caciotta

Involtini di melanzane alla parmigiana

INGREDIENTI PER 15 INVOLTINI

MELANZANE 500 gr

GUANCIALE 100 gr

CACIOCAVALLO 100 gr

SALE FINO

INGREDIENTI PER LA SALSA DI

POMODORO

PASSATA DI POMODORO 500 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 1

cucchiaino da tavola

SPICCHIO DI AGLIO 1

FOGLIE DI BASILICO 3

SALE

PREPARAZIONE

- 1 Per preparare gli involtini di melanzane con guanciale e caciocavallo lavare le melanzane, eliminare le estremità e tagliarle nel senso della lunghezza a fette spesse circa 4 mm. Grigliare le fette di melanzana da entrambi i lati per 2/3 minuti per lato su una piastra ben calda.



2 Adagiare una fetta di melanzana su un piano, salarla leggermente con un pizzico di sale fino e coprire con una fetta di guanciale.





- 3** Aggiungere il caciocavallo tagliato a fette sottili, altrimenti si avrà difficoltà ad avvolgere gli involtini. Arrotondare le melanzane e chiuderle con uno stuzzicadenti. Assemblare allo stesso modo gli altri involtini, fino a esaurire tutti gli ingredienti e tenere da parte.



- 4** In una padella ampia dai bordi alti, rosolare in un cucchiaio di olio extravergine di oliva lo

spicchio di aglio sbucciato e tritato finemente. Versare la passata di pomodoro, aggiungere il basilico, precedentemente lavato e spezzettato, e un pizzico di sale e lasciar cuocere per circa 15 minuti a fuoco basso. A fine cottura assaggiare e aggiustare, eventualmente, di sale.



- 5 Adagiare gli involtini nella salsa di pomodoro ormai cotta e far insaporire per circa 5 minuti, appena il tempo necessario per scaldarli e far sciogliere il caciocavallo all'interno. Servire gli involtini di melanzane con guanciaie e caciocavallo caldi o tiepidi, in ogni caso con il formaggio all'interno ancora filante.



CONSERVAZIONE

Gli involtini di melanzane con guanciale e caciocavallo si possono conservare in frigorifero per 1-2 giorni, in un contenitore ermetico. Si sconsiglia la congelazione.