

SECONDI PIATTI

# Melanzane ripiene semplici

di: *Cookaround*

---

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    PREPARAZIONE: 15 min    COTTURA: 30 min    COSTO: basso  
REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

---



Che buone le **melanzane ripiene**! Una ricetta estiva che fa sempre gola a tutti! Eh sì perché è proprio in questa stagione che tale ortaggio dà il meglio di sé e si presta ad essere preparato in mille modi diversi.

Esistono diverse ricette: le **melanzane ripiene con carne**, le **melanzane ripiene di riso**, insomma c'è davvero tanto da sbizzarrirsi. Questa che vi proponiamo qui di seguito è una di quelle versioni molto semplici, ma dal sicuro successo!

Se avete delle melanzane che vi girano nel frigorifero senza avere un utilizzo definito, possiamo affermare che questa ricetta delle melanzane ripiene semplici è proprio ciò che fa per voi!

Avrete bisogno di pochissimi ingredienti, proprio per questo definiamo questa ricetta semplice, lo è non solo per la preparazione ma anche per i sapori semplici di cui è fatta.

Noi ne abbiamo mangiate a ripetizione per una settimana per quanto erano buone! Seguite le indicazioni di Luca Pappagallo se volete sapere **come si fanno le melanzane ripiene**, verranno perfette!

Con le melanzane ripiene farete un figurone!

Inoltre qui per voi altre ricette di melanzane ripiene

Barchette di melanzane ripiene  
Melanzane ripiene saporite  
Polpette di melanzane

## INGREDIENTI

MELANZANE 2

PANE raffermo -

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

SPICCHIO DI AGLIO ½

PREZZEMOLO 1 ciuffo

PARMIGIANO GRATTUGIATO 60 gr

UOVA 2

PEPE a piacere -

EDAMER 50 gr

## Preparazione

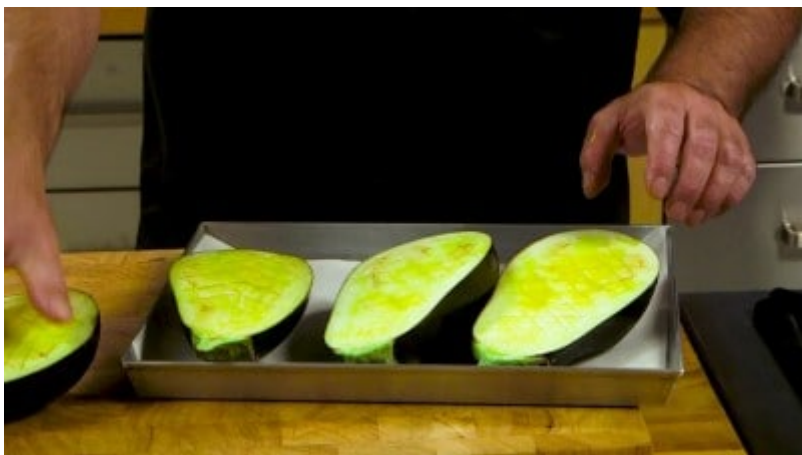
- 1 Quando volete preparare le melanzane ripiene semplici, dovrete come prima cosa, dividere le melanzane a metà. Incidete con la punta del coltello la polpa delle melanzane trasversalmente, prima da un verso, poi dall'altro in maniera tale da creare un reticolo a rombi, facendo però attenzione a non tagliare la parte esterna, ovvero la buccia.





**2** Spennellate con poco olio extravergine d'oliva, la polpa delle melanzane, quindi mettetele all'interno di una teglia foderata, con della carta forno e insaporitele con un pizzico di sale.

Trasferite le melanzane in forno preriscaldato statico a 180°C e cuocete per circa 35-40 minuti.





- 3** Nel frattempo raccogliete all'interno di una scodella, le fette di pane raffermo. Ricoprite completamente il pane, con l'acqua e lasciatelo in ammollo.







- 4 Trascorso il tempo di cottura indicato per le melanzane, sfornatele, lasciatele raffreddare, quindi con l'aiuto di un cucchiaio, facendo attenzione a non rompere la buccia, svuotatele totalmente e raccogliete la polpa all'interno di un recipiente abbastanza capace, dove poi andrete a mettere il resto degli ingredienti necessari per il ripieno.





- 5 Preparete il ripieno delle melanzane nella seguente maniera: schiacciate la polpa delle melanzane, prendete il pane ammolato nell'acqua, strizzatelo molto bene, aggiungetelo alla polpa delle melanzane e amalgamate il tutto.





- 6 Tritate finemente l'aglio con il ciuffo di prezzemolo e aggiungete il trito al composto di pane e melanzane. Unite al composto le uova e una generosa manciata di parmigiano grattugiato. Aggiustate il ripieno con un pizzico di sale e se gradite insaporite ulteriormente, con un macinata di pepe.







7 Date una prima mescolata al ripieno, quindi, tagliate a dadini il formaggio edamer e unitelo al



composto. A questo punto amalgamate bene il ripieno, in maniera tale da ottenere un composto omogeneo, compatto, ma allo stesso tempo morbido.





**8** Riempite tutte le barchette di melanzane con il ripieno appena preparato. Cospargete le melanzane con un leggero filo d'olio extravergine d'oliva e con abbondante parmigiano grattugiato.

Trasferite in forno preriscaldato statico a 190°C e lasciate cuocere per 40-50 minuti al massimo, fino a gratinatura completa.





9 Una volta raggiunta la cottura desiderata sfornatele, lasciatele intiepidire leggermente e servite.

Le melanzane ripiene al forno sono buonissime!





