

SECONDI PIATTI

Calamari con melanzane

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: medio REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

1 kg di calamari
2 melanzane
50 g di parmigiano
olio evo
sale qb
pangrattato
prezzemolo tritato.

PREPARAZIONE



2 Pulire ben bene i calamari e privarli dei tentacoli, che terrete da parte. Eliminare la pellicina. Tagliare i tentacoli in piccoli pezzi, pelare la melanzana e tagliarla a dadini. In un tegame largo, mettere l'olio (a piacere uno spicchio d'aglio che toglierete non appena si imbiancirà), i tentacoli e fate cuocere per circa 5 min. aggiungere le melanzane e aggiustare di sale. Cuocere per altri 10 min.





3 Versare in una ciotola e lasciare raffreddare.

Aggiungere il parmigiano e il prezzemolo tritato, amalgamare il tutto.

Intanto prendete i calamari , chiudete la parte terminale con uno stecchino e incidete da un lato tale da fare un'apertura.

Riempite con il composto. Sistemateli in una teglia, una spolverata di pangrattato e irrorate con olio evo e cuocete 30' a 200°



