

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Melanzane arrostate

di: *apokalipsenow*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **molto bassa** PREPARAZIONE: **10 min** COTTURA: **15 min**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **media**



L'estate ci regala sempre della frutta e della verdura straordinarie. In questo caso vogliamo proporvi una ricetta che sicuramente apprezzerete: le melanzane arrostate! In effetti sono troppo buone e semplici da fare, perfette in ogni occasione e decisamente abbinabili a carne e pesce.

La ricetta è molto semplice e alla portata di tutti, non serve essere grandi maestri per prepararla, ma qui vi diamo qualche piccolo suggerimento per farle in maniera perfetta!

Provate questa ricetta e vedrete che soddisfazione!

Se cercate poi altre ricette con le melanzane ecco per voi nuove idee molto gustose:

[melanzane alla scapece](#)

[rustici con melanzane](#)

[melanzane ripiene semplici](#)

INGREDIENTI

MELANZANE 4

OLIO DI OLIVA 1 bicchiere

ACETO DI VINO BIANCO 1 bicchiere

SPICCHIO DI AGLIO 2

MENTA ciuffo - 1

SALE

PREPARAZIONE

1 Lavate ed affettate le melanzane ad uno spessore di circa 1 centimetro.



2 Scaldate una griglia di ghisa e non appena è calda, fate arrostitire i dischi di melanzana da entrambi i lati.



3 Prendete un bicchiere di un frullatore ed aggiungete gli spicchi d'aglio a pezzi, le foglie di

menta, l'olio, l'aceto e un pizzico di sale; quindi frullate il tutto ottenendo un'emulsione omogenea.





4 Sporcate il fondo di una pirofila, fate uno strato con le melanzane grigliate e condite con la

salsa; continuate con gli strati fino ad esaurimento ingredienti.





- 5 Si consiglia di riporre in frigorifero le melanzane in modo che si insaporiscono bene prima di servirle.

