

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Melanzane arrosto

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa** / **Italia** / **Sardegna**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **molto bassa** PREPARAZIONE: **15 min** COTTURA: **30 min** COSTO:

molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: **molto facile**



Quando arriva l'estate, non c'è nulla di più buono di un bel piatto di melanzane arrosto. Semplici da fare, piacciono a tutti e non richiedendo grossa abilità in cucina, sono perfette per chi vuole portare a tavola un contorno saporito senza star troppo tempo dietro alla preparazione. Procuratevi delle belle melanzane grosse e il gioco è fatto! Con il battuto di aglio e olio verranno davvero saporite!

Provate questa ricetta e fateci sapere se vi è piaciuta. Se amate come noi questo ingrediente, vi consigliamo di realizzare anche alla [scapece](#) e [grigliate](#)

INGREDIENTI

MELANZANE 2

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 8
cucchiari da tavola

PREZZEMOLO 1 ciuffo

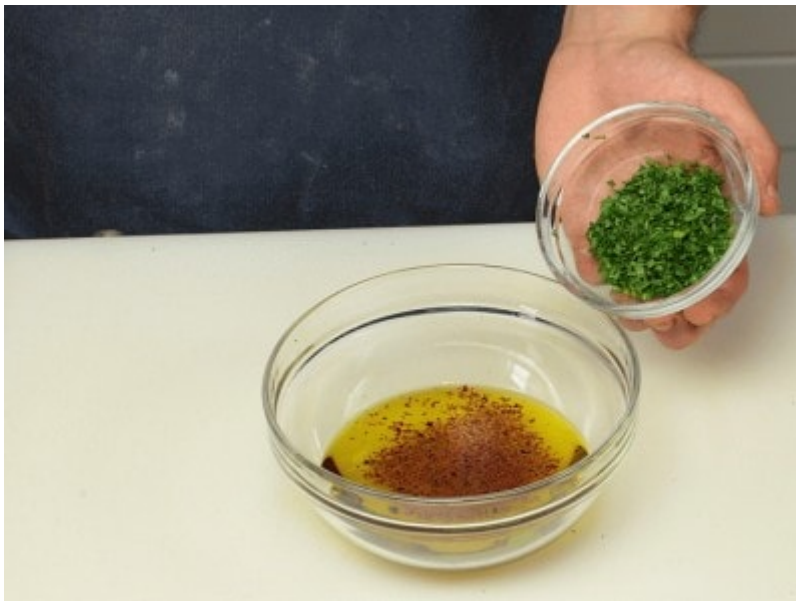
SPICCHIO DI AGLIO 2

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1

SALE

PREPARAZIONE

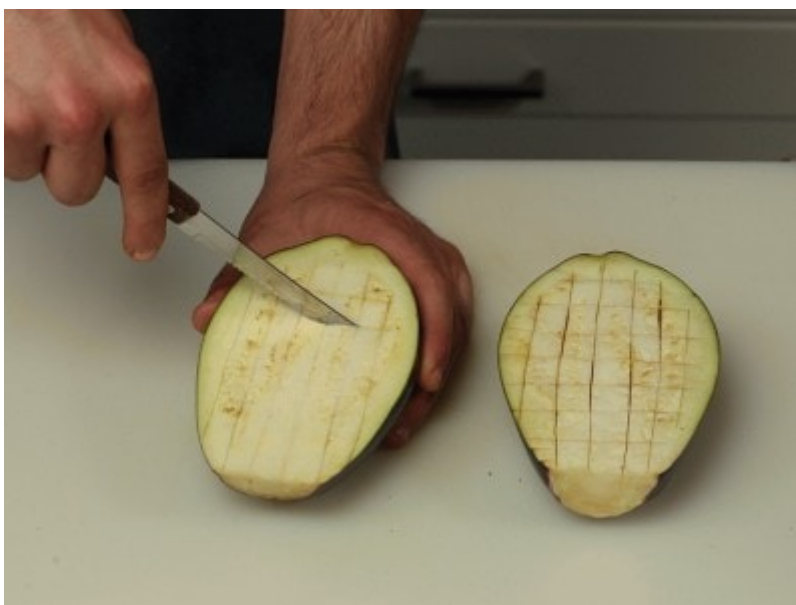
- 1 Versate l'olio extravergine d'oliva in una ciotola ed unitevi il prezzemolo tritato, l'aglio tritato, il peperoncino ed il sale; mescolate per amalgamare gli ingredienti e mettete da parte a macerare.





2 Lavate e spuntate le melanzane, quindi tagliatele a metà nel senso della lunghezza.

Incidete profondamente la polpa in orizzontale ed in verticale.



3 Adagiate le melanzane in una teglia da forno foderata con della carta forno ed irroratele con l'olio aromatizzato preparato in precedenza.



4 Infornate le melanzane a 180°C per circa 30 minuti o a cottura completa.



5 Servitele sia calde che tiepide.

Se volete arricchire la preparazione potrete aggiungere alle melanzane, dopo averle condite con l'olio aromatizzato, dei tocchetti di pomodoro spellato.

NOTE