

ANTIPASTI E SNACK

# Mousse fredda di melanzane

di: *Cookaround*

---

LUOGO: **Europa / Turchia**

DOSI PER: **6 persone**    DIFFICOLTÀ: **bassa**    PREPARAZIONE: **15 min**    COTTURA: **40 min**    COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

---



Se cercate un'idea sfiziosa perfetta da spalmare su crostini e tramezzini, la **mousse di melanzane fredda** è proprio ciò che fa per voi. Facile da fare è decisamente una ricetta furba che può essere preparata in anticipo, lasciata in frigorifero e consumata quando è necessario. Farla non è assolutamente difficile, anzi, una volta messa in forno potete dedicarvi ad altro in cucina. Se amate le spezie poi potrete aromatizzarla come più vi piace, ad esempio con un po' di paprika, cucurcuma o ciò che amate di più. Provate questa ricetta e se cercate altre salsine sfiziose, vi diamo anche un altro consiglio: perché non provate la nostra

mousse al [tonno](#)? Anche questa sfiziosa!

## INGREDIENTI

MELANZANE grandi - 3

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiaini da tavola

SPICCHIO DI AGLIO 2

LIMONE 1

PREZZEMOLO 1 mazzetto

## PREPARAZIONE

- 1 Forate le melanzane con una forchetta e lasciatele cuocere intere nel forno a 180°C finchè non diventano soffici all'interno, vale a dire per circa 40 minuti. Lasciatele raffreddare.



- 2 Togliete la buccia con attenzione, facendo in modo di non mescolarla con la polpa che diventerebbe amara.



- 3 Mettete la polpa tritata in una insalatiera e aggiungete il succo di un limone, l'olio, l'aglio e il prezzemolo finemente tritati, aggiustate di sale.

Schiacciatela bene fino ad ottenere una purea, mettetela in frigorifero e servitela fredda con crostini di pane.



- 4 Guarnite con limone a spicchi.