

ANTIPASTI E SNACK

Patè di melanzane e menta

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 45 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

MELANZANE 2

MENTA

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiaini da tavola

SALE

BAGUETTE 1

Il patè di melanzane e menta richiede una preparazione minima e poco tempo: garantisce una sorpresa a tavola e l'accostamento di melanzane e menta è praticamente perfetto. Spalmato sui crostini il patè di melanzane e menta è davvero appetitoso!

PREPARAZIONE

1 Lavate, spuntate e tagliate le melanzane per il lungo.



2 Incidete con un coltello la polpa con tagli diagonali e ponetele su di una teglia foderata di carta forno.



- 3 Infornate le melanzane a 180°C per circa 45 minuti, quando cotte sfornatele.



- 4 Ricavate la polpa dalle melanzane aiutandovi con un cucchiaio e tritatela grossolanamente con un coltello.



- 5 Riunite la polpa delle melanzane in una ciotola insieme a delle foglie di menta, condite con un bel giro d'olio extravergine d'oliva e mescolate per condire meglio.



- 6 Frullate il composto con il un frullatore ad immersione regolando di olio e di sale.



- 7 Affettate una baguette e spalmate sopra ogni fetta una buona quantità di patè di melanzane, decorate a piacere con foglioline di menta e servite immediatamente.

NOTE

L'uso della menta è molto diffuso in India, Medio Oriente ed in Nord Africa; è comune anche in Spagna ed in Italia mentre in Francia viene considerato un aroma un po' rozzo. Ottima con l'agnello, la menta si abbina a tutte le carni con sapore deciso come anatra e montone. Il suo è un aroma prettamente estivo sposandosi bene alle verdure estive: pomodori, cetrioli, patate novelle, melanzane e zucchine. È anche un'ottima aggiunta alle preparazioni a base di frutta con lamponi, fragole ed altre bacche. Essiccata ben si presta per tisane e thè. Continua a leggere...