

SECONDI PIATTI

Polpettone alle melanzane

di: *chicconzola*

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 25 min COTTURA: 45 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

NOTE: + 30 MINUTI DI RIPOSO



INGREDIENTI

2-3 melanzane
1 uova
5-6 cucchiai di pangrattato
1 spicchio di aglio
3-4 cucchiai di formaggio grattugiato
2-3 cucchiai di olio extravergine di oliva
50 g di carne macinata
poco prezzemolo
poca farina
sale e pepe.

PREPARAZIONE

1 Togliete la buccia dalle melanzane e tagliatele a fette.

Cospargetele con del sale e fate riposare 30 minuti.

Sciacquatele per togliere l'amaro.

In una pentola fate bollire dell'acqua, unite le fette di melanzana e fatele cuocere per 5 minuti, scolatete e fatete raffreddare.

Trasferite in un mixer e frullare.



2 In una ciotola mettete le melanzane frullate, 1 uovo, il formaggio, 1 cucchiaio di olio, prezzemolo e aglio tritati, il macinato, il pangrattato, sale e pepe e mescolare.

L'impasto deve risultare compatto quindi, se serve, unite altro pangrattato.



3 Oleate una pirofile e cospargete di pangrattato.



- 4 Con il composto formate un polpettone e passatelo nella farina quindi mettetelo nella pirofila.



- 5 Infornate a 200°C per circa 30-40 minuti.



