

Melanzane ripiene alla siciliana, piatto tipico della tradizione siciliana



Tempo : 1 ora e 45 minuti

Difficoltà : Media

Ingredienti per 4-5 persone:

- 10 melanzane molto piccole
- 150 g di pangrattato
- prezzemolo fresco tritato q.b.
- 1 cucchiaio di capperi
- 3 cucchiaini di grana padano grattugiato
- 3 cucchiaini di pecorino grattugiato
- 100 g carne trita di bovino
- 100 g di prosciutto cotto affettato
- sale q.b.
- 100 g di formaggio filante a pezzetti
- metà del ripieno scavato (capirete più avanti)
- olio di semi per friggere
- olio extra vergine d'oliva q.b.
- 300 g di pomodorini
- 1/2 cipolla (o scalogno)

Procedimento :

Iniziamo preparando le melanzane! Armiamoci di coltello e cucchiaino...!



Tagliamo l'estremità superiore delle nostre melanzane teniamole da parte... ci serviranno più avanti!

Adesso con movimenti circolari e con delicatezza scaviamo la melanzana fino ad ottenere uno spessore di circa 1/2 centimetro.



Così via via con tutte le melanzane!

Adesso prendiamo 3/4 del ripieno delle melanzane, lo tagliamo a pezzetti e lo saltiamo in padella con un filo d'olio extravergine di oliva per qualche minuto (finchè avrà perso l'eccesso di liquidi).



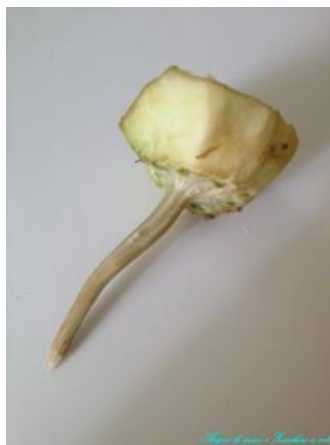
Facciamo intiepidire, lo disponiamo in una ciotola e procediamo con la preparazione del ripieno.



Aromatizziamo con del prezzemolo fresco tritato, e aggiungiamo i capperi (sminuzzati grossolanamente con un coltello), grana padano e pecorino, la carne trita, il pangrattato e il prosciutto cotto sminuzzato. Amalgamiamo tutti gli ingredienti, aggiustiamo di sale e uniamo il formaggio filante.



**Riempiamo adesso le melanzane con il nostro gustoso ripieno.
Vi ricordate dell'estremità con il peduncolo che avevamo tenuto da parte? E' giunto il momento di riprenderle!**



Dobbiamo “sbucciarle” in questo modo :

Adesso inseriamoli in ciascuna melanzana per tappare il buco e non far fuoriuscire il ripieno magari incrociando due stuzzicadenti!



La parte più laboriosa della preparazione è fatta! Ma non abbiamo ancora finito!

Mettiamo dell’olio di semi in una padella e quando sarà ben caldo rosoliamo le melanzane con cura su tutti i lati.

Ora versiamo dell’olio extravergine di oliva in una teglia e uniamo la cipolla e i pomodorini tagliati a cubetti.



Aggiustiamo di sale e posizioniamo le melanzane.

Copriamo con pellicola d'alluminio e inforniamo, in forno preriscaldato, a 200 °C per circa 1 ora. Durante questo tempo dobbiamo avere cura di girare le melanzane sull'altro lato dopo circa mezz'ora di cottura e di togliere la pellicola d'alluminio a 10 minuti dalla fine. Durante la cottura potrebbe essere necessario aggiungere dell'acqua (dipende dal tipo di teglia e dalla succosità dei pomodorini). Per appurare la cottura delle nostre melanzane ripiene basta fare la prova dello stecchino nel peduncolo che abbiamo messo per chiuderle!



Melanzane ripiene

Nota : Oltre che per creare un gustoso secondo... possiamo usare le melanzane ripiene per un ottimo primo piatto... o meglio per un piatto unico! Infatti, utilizzando lo stesso procedimento (fino alla rosolatura in padella) ma cuocendole insieme ad un semplice sugo di pomodoro ..otteniamo un condimento gustosissimo per la pasta! E possiamo servirle insieme!

Spaghetti con melanzana ripiena

