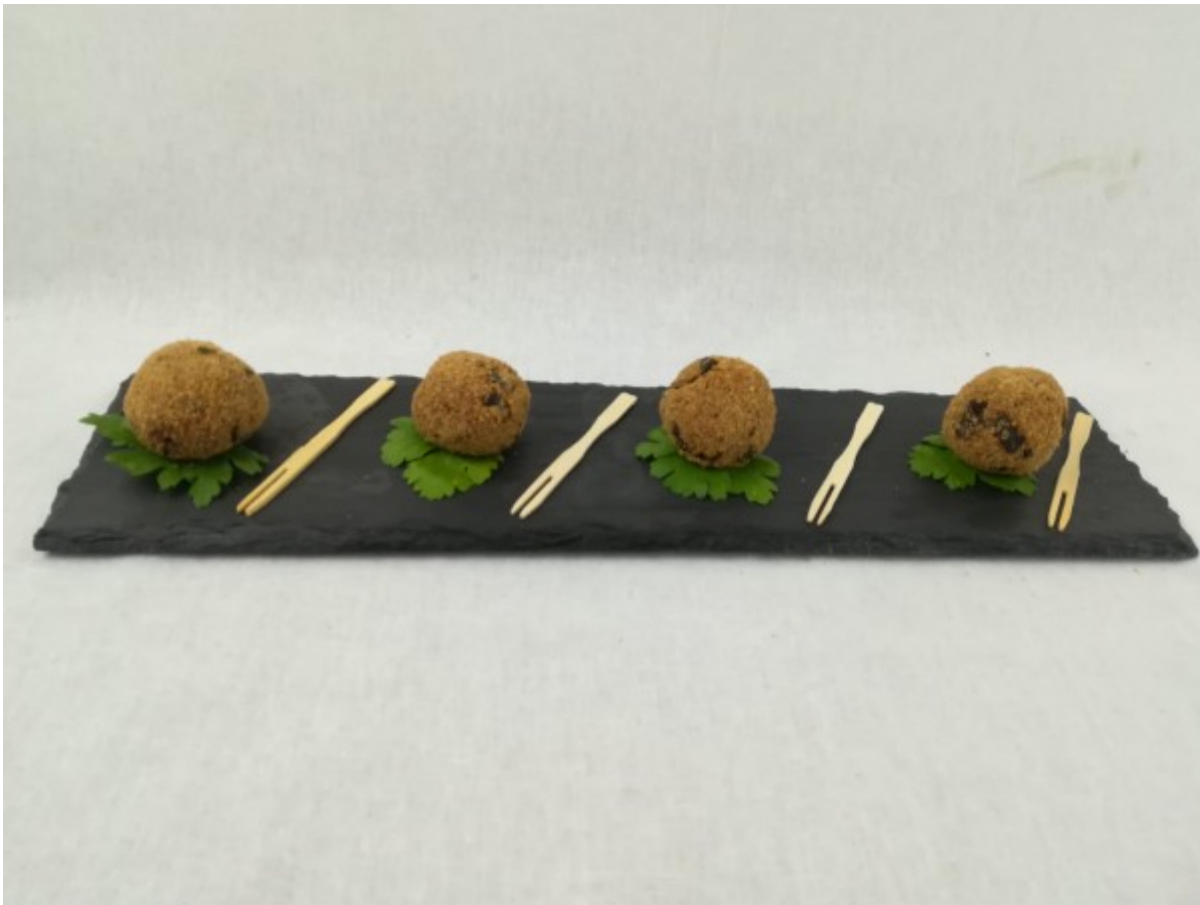


Polpette di melanzane



Ingredienti per 12 pezzi

200 g Mollica di pane raffermo

2 Melanzane grandi

Olio evo, sale q.b.

4 Cucchiaini di parmigiano grattugiato

1 spicchio d'aglio

Olio di semi q.b.

1 Uovo

Prezzemolo, basilico q.b.

Pangrattato q.b.

PROCEDIMENTO:

Lavare le melanzane, privarne solo una della buccia e tagliarle a cubetti regolari, disporle in pentola con un giro d'olio evo, l'aglio, coprire con MC e cuocere a fiamma media per 4/5 min., regolare di sale, coprire con MC e proseguire la cottura per altri 2/3 min. a fiamma bassa. Spegner il fuoco e lasciare in autocottura 2 min. con MC. Eliminare l'aglio, disporre le melanzane in una ciotola e lasciarle raffreddare poi aggiungere la mollica del pane sbriciolata,

il parmigiano, l'uovo, prezzemolo e basilico tritati finemente, salare leggermente ed impastare fino ad ottenere un composto compatto ed omogeneo, se occorre aggiungere pangrattato. Prelevare un cucchiaino di impasto, lavorarlo con le mani e formare una polpettina, passarla nel pan grattato e proseguire così fino al termine dell'impasto.

In una padella a bordo alto scaldare leggermente una quantità d'olio con MC che ci consenta di friggere in immersione. Immergere le polpettine, coprire con MC e friggere per 3/4 min. a fiamma viva. Ottenuta doratura omogenea spegnere la fiamma, attendere qualche istante, rimuovere MC in posizione orizzontale, prelevare le polpettine e disporre su carta assorbente.

Lorena Vecchini